NGUYỄN MAI ĐỨC

TICKET

DEPARTURE DATE

20 HÀNH TRANG CHO CHUYẾN XE TUỔI 20s

TEAR ALONG THIS LINE

☐ ONE WAY ☐ ROUND TRIP

Sống alphabooks NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG

Duong Kobo's Book Club

Tủ sách Kỹ thuật số
dành cho
Kindle & Kobo

SCAN TO JOIN

Lời giới thiệu

Tôi đã đi dạo qua các hiệu sách trên phố Đinh Lễ đủ nhiều để biết rằng đa số các cuốn sách với nhan đề kiểu như *"7 bí quyết để thành công"* chỉ toàn những lời khuyên sáo rỗng và những mẩu chuyện đã được tác giả chọn lọc và "xào nấu" để phục vụ cho việc chứng minh rằng họ đúng. Thay vì tiêu tiền vào những cuốn sách đó, tôi vẫn luôn cho rằng tự thưởng cho mình một bát phở gà đùi và một ly nâu đá là sự đầu tư vào bản thân khôn ngoan hơn nhiều.

Cuốn sách **20 hành trang cho chuyến xe tuổi 20s** của tác giả Nguyễn Mai Đức chắc chắn không giống những cuốn sách kia. Với lối viết chân phương nhưng nhẹ nhàng và gần gũi, tác giả bình tĩnh dẫn dắt bạn đọc qua hai mươi chương "tuyệt đỉnh bí kíp" được gói gọn trong đúng bốn chữ: "học", "làm", "sống" và "đi". Tuổi trẻ là lúc ta sung sức nhất, đầu óc còn nhạy bén nhất và vì vậy đó là lúc chúng ta phải tích cực học và tích luỹ kinh nghiệm cho sự phát triển của bản thân sau này. Thế nhưng khi sự cạnh tranh trong cuộc sống đang trở nên gắt gao hơn bao giờ hết trong khi mỗi người chỉ có 24 giờ đồng hồ mỗi ngày thì việc học cái gì và học như thế nào để phát triển bản thân ở mức tối đa là đặc biệt quan trọng. Đúng như tác giả đã chỉ ra trong những chương sách này, muốn "bay cao, bay xa" trong thời buổi ngày nay trước tiên các bạn trẻ chúng ta cần phải luyện thói quen tự học, đọc sách, trau dồi kĩ năng ngoại ngữ cũng như phát triển kỹ năng mềm.

Mặc dù vậy, phát triển bản thân chưa bao giờ chỉ dừng lại ở việc học. Làm việc và cọ xát với thực tế luôn là một phần không thể thiếu được trong quá trình trưởng thành của mỗi người trẻ. Vì lẽ đó Đức đã dành năm chương sách tiếp theo để phân tích một cách tương đối tỉ mỉ về khía cạnh công việc, từ làm việc nhóm cho đến phát triển những dự án của bản thân. Tôi đặc biệt thích thú với chia sẻ của tác giả về việc làm sao để Biến sở thích thành công việc bởi từ lâu tôi đã tin rằng những người thành công nhất là những người chuyển hóa được những niềm đam mê và sở thích cá nhân

thành sự nghiệp của mình. Hơn hết, tôi ấn tượng với chương sách này bởi tác giả đã đưa ra được câu trả lời thỏa đáng cho một câu hỏi mà nhiều bạn trẻ đã từng hỏi tôi trước đây: Làm sao để tìm được niềm đam mê đích thực của bản thân?

May thay cuốn sách không chỉ dừng lại ở hai vấn đề học và làm bởi cuộc sống không chỉ xoay quanh riêng mình ta. Sống và cháy hết mình như những người trẻ thực thụ là phải nếm trái ngọt (và cả trái đắng) của tình yêu, xây dựng và bồi đắp các mối quan hệ xung quanh và trên hết, nỗ lực cống hiến cho cộng đồng và xã hội. Đi theo con đường mà tác giả đã vạch ra, tôi tin chắc rằng các bạn trẻ sẽ sống trọn tuổi thanh xuân của mình mà không phải hối tiếc.

Cuối cùng, vì cuộc đời là những chuyến đi và những năm tháng tuổi 20s là lúc ta ít vướng bận nhất, tâm hồn còn cởi mở nhất, cuốn sách sẽ không thể nào trọn vẹn được nếu như tác giả không đề cập đến vấn đề chu du bốn phương. Tuy nhiên xách ba lô lên và đi không đơn giản là khám phá những nền ẩm thực mới lạ hay kết bạn với những người bạn ở khắp năm châu. Đúng như tác giả đã nhận định, những miền đất mới ẩn chứa vô cùng nhiều cám dỗ và đôi khi là cả sự nguy hiểm nhưng đây chính là cơ hội để chúng ta khám phá bản thân, học hỏi và trưởng thành hơn. Và nếu các bạn thấy còn e ngại trước khi bước vào cuộc hành trình của chính mình, hãy mang theo mình cuốn cẩm nang này, nó sẽ là chiếc bùa hộ mệnh khi bạn cần đến nó nhất.

Đương nhiên đây không phải là một cuốn sách hoàn hảo và tôi không hoàn toàn đồng ý với tác giả về mọi điểm trong cuốn sách. Mặc dù vậy, tôi tin rằng Đức viết cuốn sách này bằng cả trái tim, sự nhiệt thành của mình và tất cả trải nghiệm của mình (có bao nhiêu cuốn sách self-help ngoài kia trích dẫn tường tận, tỉ mỉ các đường link dẫn tới các trang web hữu ích cho các bạn?), với một mong muốn duy nhất là soi đường chỉ lối cho những bạn trẻ đang và sẽ bước trên con đường của tuổi 20 đầy chông gai nhưng cũng đầy mơ mộng và lý tưởng này.

NGÔ DI LÂN

Lời nói đầu

Tôi đặt bút viết cuốn sách này sau khi hoàn thành bốn cuốn sách về IELTS. Sự ủng hộ và yêu quý của độc giả cả nước là động lực rất lớn giúp tôi tiếp tục vững bước trên con đường mà tôi đã chọn – trở thành một tác giả sách.

Trong những năm trở lại đây, tôi đã có cơ hội đặt chân đến nhiều quốc gia, khám phá các nền văn hóa mới, gặp gỡ những người có tầm ảnh hưởng trong xã hội cũng như các bạn trẻ với lòng nhiệt huyết căng tràn. Mỗi trải nghiệm đều là một bài học, một kỉ niệm đáng nhớ với tôi.

Từ những trải nghiệm trên, ở cuốn sách thứ năm này, tôi muốn thử sức mình với một chủ đề hoàn toàn mới: Cuộc sống tuổi trẻ. Bằng việc đọc **"20 hành trang cho chuyến xe tuổi 20s"**, các bạn sẽ hiểu thêm về những trải nghiệm mà tôi đã đi qua, đồng thời nhận được những lời khuyên thực tế về việc làm thế nào để sống một quãng đời tuổi trẻ trọn vẹn. Cuốn sách được chia làm bốn phần chính, bao gồm: Học để phát triển bản thân, Làm việc hết mình, Sống như một công dân thời hiện đại và Đi thật nhiều để trải nghiệm.

Trong tác phẩm này, tôi rất vinh dự khi được tiếp tục hợp tác với Công ty Cổ phần Sách Alpha. Tôi và Alpha Books cùng hy vọng cuốn sách sẽ là cẩm nang hữu ích cho những bạn trẻ đang gặp khó khăn trong việc học tập, định hướng tương lai hay phát triển bản thân.

Vì được xuất bản lần đầu, cuốn sách không thể tránh khỏi những sai sót. Rất mong nhận được góp ý của quý độc giả để cuốn sách có thể hoàn thiện hơn ở những lần tái bản sau.

NGUYỄN MAI ĐỨC

Phần một
HỌC ĐỂ PHÁT TRIỂN BẢN THÂN

"Giáo dục không có điểm dừng. Việc đọc xong một cuốn sách, vượt qua một kỳ thi không phải là dấu chấm hết của giáo dục. Cả cuộc đời bạn, từ khi bạn sinh ra cho đến khi chết đi, là một quá trình học hỏi không ngừng nghỉ."

Jiddu Krishnamurti

Với quá trình toàn cầu hóa, một xu hướng được coi là thịnh hành ngày hôm nay có thể trở nên lỗi thời vào ngày mai. Một hành vi được coi là chuẩn mực của xã hội có thể bị chính xã hội đó quay mặt trong chốc lát. Nếu bạn tìm hiểu về ngành hàng không vào những năm 1980 của thế kỷ XX, bạn sẽ giật mình khi biết rằng việc hút thuốc lá trên máy bay là một điều rất bình thường. Còn giờ đây nó được coi là một hành vi vi phạm pháp luật. Thẻ ngân hàng ngày nay là một phần không thể thiếu trong cuộc sống hiện đại, được sử dụng rộng rãi trong giao dịch và thanh toán. Mấy ai để ý rằng, trước đây nó đã từng bị dán mác là một phát minh "điên rồ" với những câu hỏi như: Nếu tôi muốn rút 50 triệu đồng mà cây ATM chỉ nhả ra năm triệu đồng thì sao? Nếu hóa đơn của tôi chỉ có 400.000 đồng nhưng nhà hàng lại quẹt mất bốn triệu đồng thì sao? Giờ đây, chúng ta vẫn cứ sử dụng thẻ ngân hàng mà chẳng thèm quan tâm đến những mối lo này nữa.

Nhiều bạn trẻ nghĩ rằng việc học tập chỉ diễn ra khi họ còn ngồi trên ghế nhà trường. Nhưng với việc kiến thức liên tục được cập nhật như hiện nay, việc ngừng học hỏi ở bất cứ thời điểm nào cũng khiến bạn bị tụt hậu. Chúng ta học hỏi từ những kiến thức trên giảng đường, từ những kinh nghiệm của thế hệ đi trước, từ những trang sách, từ những chương trình truyền hình thực tế, từ những chuyến đi du lịch đến những vùng đất mới. Không ai có thể vỗ ngực tự hào rằng tôi đã biết hết mọi thứ trên trái đất này và

tôi không cần học nữa. Chính vì tầm quan trọng của sự học không chỉ dành cho những người tuổi 20, mà còn ở mọi độ tuổi, nên phần đầu tiên của cuốn sách này sẽ xoay quanh chủ đề "Học để phát triển bản thân".

Hành trang 1
Tự học mỗi ngày

Những phương pháp học tập hiệu quả trên lớp

Hãy cùng bắt đầu cuốn sách này với một câu hỏi muôn thuở của rất nhiều học sinh: Làm thế nào để học tập hiệu quả? Là một giáo viên dạy IELTS, tôi cũng đã từng nhận câu hỏi này rất nhiều lần. Tôi thường trả lời học sinh bằng việc hỏi lại họ một câu hỏi về từ vựng tiếng Anh: Em có biết sự khác biệt giữa từ "Study" và "Learn" không? "Study" là khi em, một cái xác biết đi, đến lớp học, ngồi vào bàn, điểm danh, nghe giáo viên giảng bài, ghi chép rồi ra về. Còn "Learn" xảy ra khi em thực sự nhập tâm vào bài giảng, khi mà trí óc em mở ra để sẵn sàng đón nhận những kiến thức mới, và khi mà em đã học được một điều gì đó hữu ích sau khi bước ra ngoài cánh cửa lớp học.

Tôn trọng và tương tác với giáo viên

Khi sang Đức du học, tôi đã học được một thói quen rất nổi tiếng của người Đức – sự đúng giờ. Người Đức và người dân của nhiều nước phương Tây khác coi thời gian là một thứ tài sản và vì thế phải sử dụng nó một cách hiệu quả. Đến lớp đúng giờ không những giúp bạn sử dụng thời gian hiệu quả, mà còn thể hiện sự tôn trọng với giáo viên. Trong rất nhiều trường hợp, bạn nên thử "đi đôi giày của người khác" để hiểu họ hơn. Hãy thử đặt mình vào vị trí một người giáo viên và quá nửa lớp học của bạn đến muộn. Bạn sẽ cảm thấy thế nào? Cho dù học sinh của bạn có một lý do chính đáng (tắc đường, chuông đồng hồ báo thức hỏng, ông bà đột nhiên đổ bệnh,...), thì ít nhiều bạn cũng sẽ cảm thấy không được tôn trọng.

Chính vì vậy, bằng mọi giá, hãy đến lớp học đúng giờ. Nếu mỗi ngày bạn đến muộn năm phút vì cố ngủ thêm chút xíu, một tuần

bạn sẽ bỏ lỡ 25 phút bài giảng và con số này của một năm là 1,300 phút (hay 22 giờ). Bạn đã bỏ lỡ một lượng kiến thức quá lớn! Ngoài ra, hãy xây dựng tác phong chuyên nghiệp và đến đúng giờ cho các công việc khác của bạn – hẹn gặp bạn bè, hẹn phỏng vấn với nhà tuyển dụng, hẹn gặp người thân tại một sự kiện. Nếu vì một lý do nào đó khiến bạn phải đến muộn hoặc hủy cuộc hẹn, bạn nên thông báo cho đối phương sớm nhất có thể.

Giáo dục cũng là một quá trình tương tác đa chiều. Điều đó có nghĩa, để đạt được hiệu quả cao nhất, học sinh cần phải tương tác với giáo viên. Đây là một điều mà học sinh Việt Nam rất ngần ngại, có lẽ một phần do khoảng cách giữa thầy–trò vẫn tồn tại trong lớp học. Tuy nhiên, lời khuyên của tôi đó là ngoài việc lắng nghe giáo viên, đừng ngần ngại trả lời những câu hỏi của họ, đặt câu hỏi cho họ một cách lịch sự và đóng góp tích cực vào bài giảng. Cho dù giáo viên của bạn có nghiêm khắc đến mấy, thì họ cũng sẽ đón nhận sự nhiệt tình của bạn. Việc tương tác với giáo viên không những giúp bạn giải đáp những thắc mắc của bản thân, mà trong rất nhiều trường hợp sẽ tạo ra một bầu không khí cởi mở hơn, động viên những học sinh cùng lớp trở nên nhiệt tình như bạn.

Một yếu tố khác dẫn đến thành công của các bài giảng là học sinh phải tránh xa các "cám dỗ thời hiện đại" như Internet, điện thoại thông minh và mạng xã hội. Thực tế, ở nhiều trường học, việc sử dụng những thiết bị di động đều cần được sự cho phép của giáo viên. Các "cám dỗ thời hiện đại" là kẻ thù số một làm giảm khả năng tập trung của học sinh. Một nghiên cứu năm 2017 do trường đại học Texas (Hoa Kỳ) thực hiện đã chỉ ra rằng sự xuất hiện của điện thoại thông minh dưới bất kỳ hình thức nào sẽ làm giảm khả năng nhận thức và tư duy của não bộ. Điều này vẫn đúng ngay cả khi bạn tắt điện thoại thông minh, bởi lẽ não bộ của bạn vẫn luôn phải tự nhắc nhở rằng: "Đừng động đến thứ thiết bị chết tiệt kia" – Việc này làm giảm sự tập trung của bạn vào những vấn đề xung quanh. Tất nhiên, tôi không khuyên rằng bạn nên bỏ hẳn việc sử dụng các thiết bị di động. Thực tế là tôi sẽ đề cập đến việc làm thế nào để sử dụng hiệu quả mạng xã hội và điện thoại thông minh cho các mục đích học tập, công việc và giải trí ở phần sau của cuốn sách. Lời khuyên ở đây là bạn không nên sử dụng thiết bị di động trên lớp học.

Ghi chép hiệu quả

Ghi chép hiệu quả là một sự chuẩn bị quan trọng cho các kỳ thi. Não bộ con người có thể nhớ được khoảng 20% những gì mà

chúng ta nghe hoặc đọc thoáng qua. Điều này có nghĩa, bạn sẽ quên 80% những gì giáo viên nói nếu như chỉ nghe mà không ghi chép. Tất nhiên, mỗi học sinh sẽ có một phương pháp ghi chép riêng của họ. Tuy nhiên, sự ghi chép sẽ trở nên hiệu quả nếu thỏa mãn được các yếu tố sau:

• Chỉ ghi chép những điều cần thiết: Nếu giáo viên nhắc đến một cuốn sách hay mà bạn nên đọc, thì bạn nên ghi chép lại. Còn nếu giáo viên chỉ đơn thuần đọc lại nội dung trong sách giáo khoa, bạn có thể bỏ qua việc ghi chép.

• Sắp xếp khoa học những gì bạn đã ghi chép: Bạn có thể chia quyển vở ghi chép thành nhiều phần dựa trên số lượng môn học. Một cậu bạn người Thụy Sỹ của tôi thì chuẩn bị một chồng các mảnh giấy hình chữ nhật kích cỡ khoảng 6cm x 10cm trước mỗi kỳ học. Cứ khi nào nghe được thông tin quan trọng, cậu ta lại viết lên một mảnh giấy. Bộ sưu tập của cậu ta rất nhiều màu, mỗi màu giấy tượng trưng cho một môn học.

• Sử dụng công nghệ cho việc ghi chép: Nếu được giáo viên cho phép, bạn nên sử dụng thiết bị di động (điện thoại thông minh, máy tính bảng, laptop) để hỗ trợ việc ghi chép. Một khi bạn sử dụng thiết bị di động hỗ trợ cho việc ghi chép mà không phải cho Facebook hay Instagram, thì nó sẽ trở thành một công cụ đắc lực cho bạn. Một số ứng dụng phổ biến cho việc ghi chép đó là Evernote, Microsoft OneNote, Google Keep, Simplenote và Apple Notes. Là một người dùng iPhone, tôi sử dụng Apple Notes cho việc ghi chép vì ứng dụng này đã được cài đặt sẵn trên điện thoại. Với Apple Notes, bạn có thể kẻ bảng, đính kèm hình ảnh, vẽ và tô màu cho các ghi chú của mình, cũng như chia sẻ chúng cho người khác thông qua email hoặc tin nhắn.

• Đừng bỏ rơi những gì bạn đã ghi chép: Hãy biết chắc rằng những ghi chép cho từng môn nằm ở đâu trên kệ sách hoặc căn phòng của bạn. Bạn sẽ rất cần chúng cho việc ôn thi đấy!

Chủ động liên hệ với giáo viên sau giờ học

Sau giờ học chính thức ở lớp, bạn có thể đối mặt với những câu hỏi mà bạn không thể giải đáp. Đây là khoảng thời gian mà bạn nên chủ động liên hệ với giáo viên. Bằng việc chủ động liên hệ này, bạn có thể đặt câu hỏi, gửi bài tập hoặc yêu cầu thêm tài liệu cho môn học. Nếu giáo viên của bạn không sử dụng email, bạn có thể gọi điện cho họ. Đừng quên luôn luôn giữ một thái độ lịch sự khi liên hệ với giáo viên và tránh gọi điện vào những quãng thời gian

không thích hợp, ví dụ sau 10 giờ tối. Thời điểm phù hợp thường là 8 đến 9 giờ tối (nếu giáo viên của bạn chưa lập gia đình) hoặc trong giờ hành chính (nếu họ đã có gia đình).

Học nhóm sau giờ học

Trong cuốn sách "Những phương pháp tự học IELTS hiệu quả" của mình, tôi đã chỉ ra rằng việc học nhóm là rất cần thiết cho những thí sinh tự ôn IELTS. Mở rộng quy mô thì đây là một phương pháp học tập hiệu quả cho mọi môn học. Giáo viên không phải lúc nào cũng có thời gian giải đáp thắc mắc của bạn, chính vì thế đôi khi bạn cần tìm sự trợ giúp từ những bạn cùng lớp.

Luôn luôn tôn trọng thời gian mà mỗi thành viên đã bỏ ra để học nhóm, đây là điều kiện đầu tiên để học nhóm hiệu quả. Bên cạnh đó, việc học nhóm không thể mang lại hiệu quả nếu như các thành viên đều chăm chú vào chiếc smartphone hay làm công việc riêng của mình. Thảo luận, đặt câu hỏi cho nhau, học hỏi từ kinh nghiệm và sai lầm của nhau cũng cần được chú trọng.

Áp dụng thực tiễn những kiến thức được học

Nhiều chuyên gia giáo dục đánh giá nội dung học tập ở các trường công lập ở Việt Nam còn nặng tính hình thức, lý thuyết. Đấy là lý do tại sao chúng ta xếp hạng cao trong kết quả bài thi PISA1 nhưng lại có tỷ lệ bằng sáng chế thấp so với các nước trong khu vực. Mặc dù vậy, bạn luôn có thể áp dụng vào thực tiễn những gì đã được học ở trường. Nếu bạn học sinh học, hãy thử tự tay trồng một loài cây trước sân nhà. Nếu bạn học hóa học, hãy thử pha chế một dung dịch theo công thức được dạy trên lớp. Nếu bạn học báo chí, hãy thử viết một bài báo và gửi cho VnExpress, Mực Tím, Hoa Học Trò hay Zing. Và còn rất nhiều cái nếu như vậy nữa mà bạn có thể thử.

Trau dồi kiến thức mỗi ngày

Như tôi đã đề cập ở đầu Phần một, học tập là một quá trình mỗi ngày và không ngừng nghỉ. Điều này áp dụng cho cả những người được xã hội coi là thành công. Người giỏi một lĩnh vực nào đó vẫn phải tiếp tục trau dồi kiến thức tương ứng nếu không muốn bị tụt hậu. Bản thân tôi, mặc dù đạt 8.0 IELTS và có nhiều kinh nghiệm viết sách, làm website và giảng dạy IELTS, vẫn chăm chỉ học tiếng Anh mỗi ngày. Mỗi ngày mới đến, tôi đều đặt ra mục tiêu học được ít nhất năm từ mới trong tiếng Anh.

Con người ta luôn luôn có thể mở mang kiến thức bằng cách tìm

hiểu, nghiên cứu về những lĩnh vực khác. Bill Gates, Mack Zuckerberg hay Jeff Bazos đều là những tỷ phú chăm đọc sách. Mặc dù đã rất giàu có, họ vẫn luôn giữ trong mình một đam mê cháy bỏng được trau dồi kiến thức mới. Và chính họ cũng đã thử sức với những lĩnh vực mới. Bill Gates và Mack Zuckerberg hiện giờ đều thành lập những quỹ từ thiện riêng. Những quỹ này đóng góp rất lớn về mặt tài chính cho các quốc gia đang phát triển ở châu Phi, trong nỗ lực giảm tỷ lệ nghèo đói và mù chữ ở các khu vực kém may mắn này.

Nếu mỗi ngày bạn chăm chỉ tích lũy kiến thức, thì tính theo tháng, theo năm, số lượng kiến thức của bạn sẽ dày lên rất nhiều.

Luôn luôn đặt câu hỏi

Mỗi khi nhìn một sự vật, nghe một sự việc, hãy tự mình đặt câu hỏi tại sao. Tại sao nước Mỹ lại giàu có? Tại sao hàng hóa Trung Quốc lại có mặt khắp mọi nơi? Tại sao tỷ lệ phụ nữ trong lực lượng lao động Nhật Bản lại thấp? Tại sao trời tối nhanh vào mùa đông? Tại sao một cơn bão có thể hình thành?

Sau khi đặt câu hỏi, hãy tự mình đi tìm câu trả lời. Bạn bè, người thân, những chuyên gia trong ngành, sách vở, báo chí, tạp chí chuyên môn đều là những "địa chỉ" bạn có thể tìm đến để giải đáp những thắc mắc của bản thân. Trên thế giới mạng, Google là một công cụ tìm kiếm thông tin tuyệt vời. Tuy nhiên, kết quả tìm kiếm trên Google thường hỗn độn và dễ bị ảnh hưởng bởi những bài báo lá cải.

Chính vì vậy, nếu bạn là một học sinh muốn tìm kiếm thông tin để giải đáp các thắc mắc hay phục vụ mục đích học tập trên lớp, tôi khuyên bạn nên sử dụng công cụ Google Scholar https://scholar.google.com/. Công cụ này cung cấp các công trình nghiên cứu đáng tin cậy từ nhiều nhà khoa học trên thế giới. Nó được sử dụng rộng rãi bởi sinh viên đại học trên toàn cầu.

Học trực tuyến

Học trực tuyến đang và sẽ trở thành một xu hướng thịnh hành của nền giáo dục Việt Nam. Bản thân tôi đã tham gia sản xuất một khóa học IELTS trực tuyến và nhận thấy rõ tiềm năng của lĩnh vực này tại nước ta. Học trực tuyến được coi là một sự lựa chọn thay thế hoặc bổ sung cho giáo dục truyền thống bởi những lợi ích mà nó đem lại.

Trước tiên, tại sao xu hướng học trực tuyến lại phát triển như

hiện nay?

• Sự phổ biến của thiết bị di động: Một nghiên cứu của Tập đoàn Tư vấn Boston (Boston Consulting Group) chỉ ra rằng có đến 72% dân số Việt Nam hiện nay sử dụng điện thoại thông minh có kết nối Internet. Khi mà mạng viễn thông 5G đang trên đà phát triển, thì việc người dân Việt Nam tiếp cận với các dịch vụ học trực tuyến ngày càng trở nên thuận lợi và dễ dàng.

• Hạn chế về thời gian: Là một người có kinh nghiệm về IELTS, tôi đã từng nhận rất nhiều câu hỏi từ các thí sinh muốn thi IELTS nhưng không thể sắp xếp thời gian để đến các trung tâm anh ngữ. Họ thường là những nhân viên văn phòng hoặc sinh viên đại học với lịch làm việc dày đặc trong tuần. Học trực tuyến cho phép họ lựa chọn thời gian học phù hợp với bản thân và giúp xóa tan nỗi lo về thời gian.

• Khoảng cách địa lý: Bạn đang ở vùng nông thôn hay miền núi và không thể tìm thấy một trung tâm, tổ chức giáo dục dạy kỹ năng chất lượng? Đừng lo, học trực tuyến sẽ giúp bạn vì khái niệm khoảng cách địa lý không còn tồn tại trên thế giới mạng.

Đúng vậy, học trực tuyến giúp bạn tiết kiệm thời gian, chi phí di chuyển và thường cung cấp rất nhiều lựa chọn đa dạng. Nhưng trước khi bắt tay vào học trực tuyến, hãy xác định rõ nhu cầu và mục tiêu của bạn. Bạn mong muốn học kỹ năng nào hay tham gia vào khóa học về chủ đề gì? Bạn muốn học trực tuyến miễn phí hay tham gia một khóa học trả tiền? Bạn muốn học trực tiếp với giảng viên hay muốn theo dõi những bài giảng đã quay sẵn? Và quan trọng hơn hết, bạn đặt mục tiêu đầu ra là gì? Ví dụ về mục tiêu đầu ra có thể là đạt 550 điểm TOEIC hoặc thành thạo kỹ năng thuyết trình trước đám đông.

Những điểm đến cho người học trực tuyến

YouTube có lẽ là điểm bắt đầu của rất nhiều người. Bạn có thể tìm video về bất cứ chủ đề gì trên YouTube – từ cách thắt cà vạt, làm bánh kem, sửa chữa đồ điện dân dụng đến tin học văn phòng và cách giải các bài toán khó. Chỉ cần gõ từ khóa, rất nhiều kết quả sẽ hiện ra trước mắt bạn sau vài giây. Tuy nhiên, hãy luôn giữ thái độ cẩn trọng trước độ tin cậy của những video bạn xem trên YouTube. Hãy chú ý đến người đăng, xem họ có phải là một chuyên gia hoặc công ty có uy tín hay không. Bạn cũng có thể đọc phần bình luận để hiểu được những người xem khác nghĩ sao về video đó.

Hiện nay trên thị trường có rất nhiều trang web cung cấp các khóa học trực tuyến miễn phí và trả tiền. Một số nền tảng học trực tuyến nổi bật của Việt Nam bao gồm Bài Tập 123 (http://www.baitap123.com/), Moon (http://moon.vn/), Học Mãi (https://hocmai.vn/), Tuyển sinh 247 (http://tuyensinh247.com/) và Topica Edumall (https://edumall.vn/).

Một số nền tảng học trực tuyến nổi bật khác trên thế giới đó là edX (https://www.edx.org/), Coursera (https://www.coursera.org/), Alison (https://alison.com/), Khan Academy (https://www.khanacademy.org/) và Creative Live (https://www.creativelive.com/). Trước khi tham gia hoặc mua một khóa học trực tuyến nào đó, đừng quên đọc những đánh giá của những người đi trước.

Bạn thấy đấy, tri thức nhân loại sẽ ở trong tầm tay bạn nếu bạn chủ động tìm kiếm và dành thời gian gieo gặt.

Tổng kết Hành trang 1

- Việc học thực sự xảy ra khi bạn "Learn", chứ không phải "Study".

- Hãy đến lớp học đúng giờ và tương tác với giáo viên trong giờ học.

- Các "cám dỗ thời hiện đại" là kẻ thù số một của việc học tập hiệu quả.

- Sau giờ học, hãy chủ động liên hệ với giáo viên và học nhóm.

- Mỗi ngày hãy tự đặt các câu hỏi cho bản thân và đi tìm lời giải cho chúng.

- Học trực tuyến chỉ hiệu quả khi bạn xác định rõ nhu cầu và mục tiêu.

Hành trang 2
Thi cử và chọn trường

Những phương pháp ôn thi hiệu quả

"Ê 2, Bu 4, Pro 3

Pen 5, Hex 6, 7 là Heptan

Thứ 8 tên là Octan

Nonan thứ 9, Đecan thứ 10."

Đây là cách ghi nhớ hóa trị được Vũ Tuấn Anh, thủ khoa Đại học Cảnh Sát Thành phố Hồ Chí Minh, chia sẻ trên Kênh 14. Thật là một phương pháp ghi nhớ sáng tạo!

Thi cử, cho dù là thi lên cấp, thi học kỳ hay thi các bài kiểm tra tiếng Anh quốc tế, là một phần không thể thiếu trong cuộc đời người học sinh. Nếu đọc câu chuyện ôn thi của các thủ khoa ba miền, bạn sẽ nhận thấy rằng phần lớn họ không "dùi mài kinh sử" 24/24 mà họ có những phương pháp ghi nhớ kiến thức hiệu quả và biết cách cân bằng giữa việc ôn thi và giải trí.

Lên kế hoạch ôn tập

Việc lên kế hoạch ôn tập nên bắt đầu bằng việc xác định ngày thi, để từ đó biết được bạn có bao nhiêu thời gian cho việc ôn tập. Sau đó, hãy lên một kế hoạch ôn tập và mục tiêu bạn muốn đạt được sau mỗi ngày và mỗi tuần. Một thời gian biểu lý tưởng cho kế hoạch ôn tập cần:

• Rõ ràng về thời gian, nội dung ôn tập.

• Phân chia thời gian đều cho các môn hoặc các chương.

• Có các ô trống để phục vụ mục đích giải trí, thư giãn.

• Được treo ở một nơi bạn thường xuyên lui tới, như trước bàn học.

• Và cuối cùng, sự quyết tâm từ bạn để theo đuổi kế hoạch đến cùng!

Bạn có thể tham khảo một bản kế hoạch ôn tập ba môn Toán, Văn, Anh trong một tuần dưới đây.

THỜI GIAN BIỂU

TUẦN 1	Sáng	Chiều	Tối
Thứ 2	Toán - Giải năm bài toán hình học		
Thứ 3			Văn - Viết một bài văn nghị luận và gửi cho giáo viên
Thứ 4		Anh - Làm năm bài tập về ngữ pháp	
Thứ 5			Anh - Học mười từ mới trong văn viết học thuật của tiếng Anh
Thứ 6		Toán - Giải năm bài toán tích phân	
Thứ 7	Văn - Ghi nhớ tên tác giả và bối cảnh ra đời của những tác phẩm quan trọng		
Chủ Nhật			Học nhóm với năm người bạn cũng đang ôn thi Toán, Văn, Anh

Đương nhiên bạn có thể lập bảng kế hoạch theo kiểu vui nhộn và chi tiết bằng các biểu tượng và màu sắc bắt mắt khác.

Tìm kiếm tài liệu và phương pháp

Đây là bước mà bạn sẽ cần đến sự trợ giúp của những ghi chép được đề cập đến trong mục "Những phương pháp học tập hiệu quả trên lớp" của hành trang 1. Nhưng đừng chỉ giới hạn bản thân bạn vào những ghi chép. Hãy tham khảo tài liệu mà giáo viên đã phát cho bạn, lên thư viện để tìm kiếm những cuốn sách bài tập hay tìm mua những tạp chí chuyên môn có liên quan đến khóa học bạn đang tham gia. Internet, những khóa học trực tuyến hay những bài báo chia sẻ kinh nghiệm ôn thi của các anh chị khóa trước cũng là một kho tàng kiến thức và tài liệu bạn có thể tham khảo.

Về mặt phương pháp ghi nhớ kiến thức, hãy thật sáng tạo. Bạn có thể làm thơ, phổ nhạc cho những kiến thức Toán, Lý, Hóa khô cứng hay sử dụng bản đồ tư duy (mind map) để tóm tắt lại toàn bộ kiến thức một cách sống động chỉ trên một trang giấy A3.

Tìm kiếm những người bạn đồng hành

Như đã phân tích ở hành trang 1, việc học nhóm sẽ giúp bạn học hỏi được từ chính những người bạn cùng lớp. Nhưng khi kỳ thi đang đến gần, hãy mở rộng đối tượng mà bạn muốn đồng hành. Đó có thể là những người bạn cùng khóa, những anh chị khóa trên nhưng đã từng thi môn đó, hoặc một chuyên gia trong môn học mà bạn đang theo. Các nhóm Facebook và câu lạc bộ của trường là những địa điểm mà bạn có thể tìm kiếm những người bạn đồng hành lý tưởng. Hãy chủ động tìm kiếm và cho mọi người biết nhu cầu của bạn.

Bí quyết chọn trường và chọn ngành

Việc chọn trường và chọn ngành có thể khiến bất cứ học sinh và phụ huynh nào đau đầu. Họ hoang mang giữa quá nhiều lựa chọn và rồi không biết đâu là điểm đến phù hợp nhất cho mình. Bản thân tôi cũng đã từng phải suy nghĩ, đắn đo rất nhiều trước quá nhiều lựa chọn trường trung học phổ thông. Rồi khi quyết định du học Anh và Đức, những sự lựa chọn về môn học, trường và thành phố còn nhiều hơn gấp bội.

Sau đây tôi xin trình bày một số yếu tố bạn cần lưu ý khi chọn trường và chọn ngành, áp dụng cho cả các trường trong nước hay khi bạn muốn đi du học. Nhân tiện đây, nếu bạn đang ấp ủ ước mơ đi du học ở tuổi hai mươi và vẫn chưa biết bắt đầu từ đâu, hãy tiếp tục đọc đến những hành trang cuối cùng của cuốn sách nhé!

Chọn trường

Học tập là một sự đầu tư lớn cho tương lai. Việc chọn sai ngôi trường ở mọi cấp học sẽ trước mắt khiến bạn không hòa nhập được vào môi trường mới và cảm thấy chán nản. Về lâu dài, nó sẽ cản trở bước tiến trên con đường sự nghiệp của bạn. Tôi đã nghe nhiều chia sẻ từ những người bạn đang học đại học ở Việt Nam của mình. Họ nói về những ngôi trường đại học "hàng đầu Việt Nam" nhưng vẫn tồn tại những hạn chế như bạo lực học đường, học sinh không biết tên giảng viên vì họ chỉ đến giảng bài rồi ra khỏi lớp, học sinh năm nhất chỉ ăn chơi mà không lo học hành, chuyện nâng điểm để làm đẹp thành tích,...

Khi chọn trường, hãy cân nhắc những yếu tố sau đây:

• Thực lực bản thân: Chính bạn, chứ không phải cha mẹ, hiểu rõ nhất về thực lực bản thân. Hãy tìm hiểu kỹ yêu cầu đầu vào của trường để từ đó xác định xem nó có phù hợp với khả năng của bạn hay không.

• Vị trí địa lý: Tôi biết nhiều người bạn học cấp ba ở Hải Phòng nhưng lên đại học chuyển xuống Cần Thơ, hay học cấp ba ở Vũng Tàu và chuyển lên Đà Nẵng học đại học. Nếu bạn muốn chuyển chỗ ở để đến học một ngôi trường mới, hãy tìm hiểu về sinh hoạt phí, thời tiết, khí hậu, văn hóa và cơ hội việc làm của nơi đó trước khi đưa ra quyết định.

• Học phí: Hãy kiểm tra xem ngôi trường mơ ước của bạn có chương trình hỗ trợ học phí nào cho sinh viên không, ví dụ học bổng. Ngoài ra, đừng quên tìm hiểu những chi phí ước lượng đầu tư cho sách vở, dụng cụ học tập, các chuyến đi dã ngoại,…. Bạn có thể hỏi một sinh viên hiện tại của trường để có cái nhìn khách quan.

• Môi trường giáo dục: Môi trường giáo dục bao gồm đội ngũ giáo viên, chất lượng đào tạo, kết quả đầu ra của học sinh hay những hoạt động ngoại khóa được tổ chức. Những thông tin này có thể được tìm thấy trên website, tờ rơi về các trường hay những bảng xếp hạng đại học. Cá nhân tôi cho rằng chất lượng giáo dục được đánh giá bằng việc học sinh đã thay đổi thế nào từ khi vào trường đến khi ra trường. Những cựu học sinh, sinh viên của một trường có thể phản ánh rất chính xác điều đó.

• Đánh giá khách quan: Hãy lên nhiều trang web, diễn đàn, nhóm Facebook khác nhau để xem người khác nghĩ gì về ngôi trường mơ ước của bạn. Học sinh hiện tại, cựu học sinh, phụ huynh và giáo viên của họ cũng là những người có thể cung cấp lời khuyên thực tế cho bạn.

Ngôi trường lý tưởng của bạn là một nơi đáp ứng tốt nhất những tiêu chí trên và không nhất thiết phải đáp ứng đầy đủ 100%.

Chọn ngành

Trong cuốn sách "Hộ chiếu xanh đi quanh thế giới – Những bước để trở thành công dân toàn cầu", ba tác giả Hồ Thu Hương, Nguyễn Phan Linh và Phạm Anh Đức đã đề cập đến sơ đồ Venn như một cách để định hướng ngành học. Được sử dụng chủ yếu để tính toán xác suất trong toán học, sơ đồ Venn cũng là công cụ hữu ích giúp chúng ta tìm giao điểm hay điểm chung của nhiều yếu tố khác nhau.

Yếu tố đầu tiên trong sơ đồ Venn được ba tác giả nhắc đến đó là "Sở thích". Đây là những điều mà bạn yêu thích, làm việc hăng say mỗi ngày và luôn sẵn sàng dành thời gian cho nó, thậm chí khi

không được trả lương. Một vài ví dụ cho sở thích có thể là nấu ăn, làm báo tường, chơi đàn piano hay bơi lội. Yếu tố thứ hai đó là "Thế mạnh". Đây là những kỹ năng mà bạn nắm chắc và có lợi thế vượt trội hơn so với những người xung quanh. Nó thường được tích lũy và phát triển qua thời gian, ví dụ như tiếng Anh, tin học văn phòng, thuyết trình hay làm việc trong môi trường quốc tế. Yếu tố cuối cùng, đòi hỏi bạn phải tự mình tìm hiểu nhờ những nguồn thông tin bên ngoài, đó là "Xu hướng". Hãy tự đặt cho mình những câu hỏi như: Nhà tuyển dụng hiện nay đang cần những tấm bằng với chuyên môn gì? Khi mình ra trường thì đâu sẽ là ngành nghề được săn lùng? Một bài báo năm 2017 trên trang CNBC đã chỉ ra 10 ngành nghề có triển vọng nhất từ năm 2016 đến 2026, bao gồm:

1. Lập trình ứng dụng

2. Phân tích hệ thống máy tính

3. Y tá

4. Vật lý trị liệu

5. Quản lý dịch vụ y tế

6. Trợ lý bác sĩ

7. Chăm sóc nha khoa

8. Phân tích thị trường

9. Tư vấn tài chính cá nhân

10. Nhà ngôn ngữ học

Điểm chung giữa ba yếu tố trên chính là ngành học phù hợp cho tương lai của bạn. Vậy bây giờ hãy cùng thử phương pháp sơ đồ Venn này trong thực tiễn nhé.

SỞ THÍCH	THẾ MẠNH	XU HƯỚNG
✓ Ghita ✓ Du lịch ✓ Đọc sách ✓ Kết bạn ✓ Dạy tiếng Anh ✓ Viết	✓ Thuyết trình ✓ Microsoft Office ✓ Ngoại ngữ ✓ Lập trình ✓ Marketing ✓ Nghiên cứu	✓ Lập trình ứng dụng ✓ Phân tích hệ thống máy tính ✓ Y tá ✓ Vật lý trị liệu ✓ Quản lý dịch vụ y tế ✓ Trợ lý bác sĩ ✓ Chăm sóc nha khoa ✓ Phân tích thị trường ✓ Tư vấn tài chính cá nhân ✓ Nhà ngôn ngữ học

Bingo! Như vậy là tôi đã tìm ra được hai ngành nghề phù hợp cho bản thân.

• Dạy tiếng Anh, ngoại ngữ, nhà ngôn ngữ học

• Viết, nghiên cứu, phân tích thị trường

Tổng kết hành trang 2

Một kế hoạch ôn thi lý tưởng cần rõ ràng về thời gian, nội dung ôn tập và có các khoảng trống để phục vụ mục đích giải trí, thư giãn.

Hãy thật sáng tạo khi tìm kiếm phương pháp ôn tập: Ghi chép trên lớp, tài liệu trực tuyến, sơ đồ tư duy,…

Bạn cũng nên chủ động tìm kiếm những người bạn đồng hành trong quá trình ôn thi.

Để tìm được ngôi trường lý tưởng, hãy cân nhắc các yếu tố như thực lực bản thân, điều kiện tài chính của bạn và tham khảo những đánh giá khách quan của mọi người.

Điểm giao nhau giữa sở thích, thế mạnh và xu hướng chính là ngành học lý tưởng cho bạn.

Hành trang 3
Đọc sách và cập nhật tin tức

Tại sao thói quen đọc sách không phổ biến trong giới trẻ?

Sở dĩ tôi dành riêng một hành trang để nói về vấn đề đọc sách là chính bởi tầm quan trọng của nó. Sách là cả thế giới. Nó là những câu chuyện lịch sử, những bài học trong quá khứ, những kiến thức nóng hổi thời hiện đại đến những dự đoán cho tương lai. Bằng việc đọc sách, chúng ta sẽ mở mang kiến thức, tầm nhìn, hiểu biết, tăng cường các kỹ năng của bản thân, từ đó sẵn sàng trước bất kì thử thách nào trên đường đời. Nhận xét về tầm quan trọng của sách và sự nghiệp đọc, nhà triết học người Ý Marcus Tullius Cicero đã từng nói: "Một căn phòng không có những cuốn sách giống như một con người không có tâm hồn". Đằng sau câu chuyện thành công của các tỷ phú, doanh nhân trên thế giới đều có sự giúp ích của thói quen đọc sách mỗi ngày.

Nhận thức được tầm quan trọng của việc đọc sách, tôi lại giật mình khi thấy rằng có quá nhiều bạn trẻ Việt Nam không có thói quen đọc sách. Tôi tin rằng một trong những nguyên nhân dẫn đến văn hóa đọc không phổ biến tại Việt Nam đó là do ảnh hưởng từ cha mẹ. Mải mê kiếm tiền, lo công chuyện mưu sinh, nhiều bậc cha mẹ Việt Nam đã quên nhắc nhở con cái đọc sách mỗi ngày. Nguyên nhân thứ hai đó là sự hạn chế về thời gian. Rất nhiều học sinh Việt Nam bị quá tải bởi việc học ở trường, và các lớp học thêm nên không có thời gian dành cho việc đọc sách.

Một nguyên nhân khách quan khác là giá cả. Phần lớn các cuốn sách có chất lượng cao, được dịch từ nước ngoài hay nguyên bản của nước ngoài đều có giá cao hơn mức chi tiêu trung bình của học sinh. Ngay cả cuốn sách "20 hành trang cho chuyến xe tuổi 20s" mà bạn đang đọc đây cũng có giá không hề rẻ đối với một học sinh cấp ba hay sinh viên đại học (nhưng đừng lo, những gì bạn

học được từ cuốn sách này sẽ vượt trội gấp nhiều lần số tiền ban đầu bạn bỏ ra để mua nó!).

Và nguyên nhân cuối cùng, một lần nữa, là các "cám dỗ thời hiện đại" như smartphone, máy tính bảng, mạng xã hội và trò chơi điện tử. Tôi vẫn phải giật mình khi nhận ra rằng những đứa trẻ mới vào trường cấp một đã sử dụng thành thạo điện thoại thông minh và các trò chơi điện tử. Thời gian dành cho sách cũng vì thế bị hạn chế rất nhiều.

Nhưng nếu đã nhận ra được tầm quan trọng của việc đọc sách và có quyết tâm biến việc đọc sách thành một thói quen mỗi ngày, thì không có nguyên nhân nào có thể làm bạn chùn bước.

Làm thế nào để chọn sách và mua sách?

Chọn sách

Để có thể tối ưu hóa lợi ích của việc đọc sách, bạn nên lựa chọn sách thuộc nhiều chủ đề khác nhau và liên tục cập nhật danh sách của bạn. Về cơ bản, chủ đề sách được chia làm hai dạng, bao gồm:

• Sách phục vụ sở thích và đam mê cá nhân (ví dụ nấu ăn, đàn ghita, cẩm nang du lịch, cầu lông, chính trị, khoa học viễn tưởng, …)

• Sách phục vụ mục đích học tập và công việc (ví dụ toán học, sinh học, kinh tế học, kỹ năng tin học văn phòng, quản trị kinh doanh, …)

Nếu tuần này bạn đã đọc xong một cuốn sách phục vụ sở thích nấu ăn, sang tuần sau bạn có thể chuyển sang một cuốn sách bàn về kỹ năng Excel để phục vụ ước mơ trở thành kế toán viên của bạn.

Mua sách

Nếu bạn đang băn khoăn không biết nên mua sách ở đâu thì bạn không phải là người duy nhất. Là một người ham đọc sách, tôi thường ghé thăm những địa chỉ dưới đây:

• Hiệu sách truyền thống: Phần lớn các tỉnh, thành phố ở Việt Nam đều có rất nhiều các hiệu sách giấy truyền thống với quy mô to, nhỏ khác nhau. Nếu bạn có thời gian, việc dành một buổi chiều tản mạn ở những hiệu sách truyền thống và chọn lựa cho mình những đầu sách phù hợp sẽ là một trải nghiệm tuyệt vời.

• Đặt trực tuyến: Lợi ích của việc đặt sách trực tuyến đó là tiết kiệm thời gian. Tùy vào giá sách và nhà sách bạn lựa chọn, họ sẽ có những chính sách nhất định về phí vận chuyển. Tại Việt Nam, những địa chỉ đặt mua sách phổ biến đó là Tiki (https://tiki.vn/), Fahasa (https://www.fahasa.com/), Lazada (https://www.lazada.vn/sach/) và Vina Book (https://www.vinabook.com/). Nếu bạn đang sinh sống ở nước ngoài hoặc muốn tìm mua các sách nguyên bản bằng ngôn ngữ nước ngoài, Amazon (https://www.amazon.com/), Powell (http://www.powells.com/) hay các thương hiệu nhà sách trực tuyến ở quy mô địa phương là những lựa chọn lý tưởng cho bạn.

• Thư viện: Phần lớn thư viện đều chỉ có dịch vụ cho mượn sách mà không bán sách. Tuy nhiên, bạn cũng nên tận dụng cơ hội này vì phần lớn thư viện có rất nhiều đầu sách thuộc nhiều thể loại khác nhau. Thư viện được xây dựng ở rất nhiều trường phổ thông, đại học hoặc quy mô thành phố, ví dụ Thư viện Thành phố Hà Nội trên đường Bà Triệu. Nếu thời gian mượn sách không cho phép bạn đọc xong một cuốn sách, bạn có thể gia hạn mượn.

• Mua bán sách cũ: Có rất nhiều diễn đàn trực tuyến, nhóm Facebook và hiệu sách quy mô nhỏ có bán những cuốn sách cũ hoặc đã qua sử dụng. Đây là cơ hội rất tốt để bạn tiết kiệm chi phí. Chợ mua bán sách cũ trên đường Cách Mạng Tháng 8 tại Thành phố Hồ Chí Minh là một gợi ý cho bạn.

Làm thế nào để đọc sách hiệu quả?

Để gặt hái được những lợi ích của thói quen đọc sách, bạn cần có những phương pháp hiệu quả. Đối với tôi, điều quan trọng hàng đầu khi đọc sách đó là môi trường. Một không gian yên tĩnh, không bị quấy rầy với ánh sáng và nhiệt độ vừa đủ là một môi trường tuyệt vời cho thói quen đọc sách. Nó có thể là căn phòng ngủ của bạn, bên bờ một dòng sông thơ mộng hay một quán cà phê mà bạn thường lui tới.

Tôi nói không với các thiết bị di động trong khi đọc sách bởi lẽ chúng làm giảm sự tập trung. Hãy tưởng tượng bạn để chiếc smartphone bên cạnh khi đọc sách và những thông báo, tin nhắn liên tục hiện lên. Dù bạn có không mở điện thoại để kiểm tra thông báo, thì việc chúng hiện lên cũng đã làm giảm sự tập trung của bạn rồi!

Nếu bây giờ đóng cuốn sách này lại, bạn tự tin rằng mình nhớ được bao nhiêu phần trăm nội dung của nó? Cũng giống như việc

ghi chép trên lớp học, nếu bạn không ghi lại những điều thú vị đã đọc được từ các cuốn sách, bạn sẽ nhanh chóng quên chúng. Với tác giả Rosie Nguyễn của "Tuổi trẻ đáng giá bao nhiêu?", chị luôn luôn chuẩn bị một quyển sổ và cây bút bên cạnh khi đọc sách. Mỗi lần phát hiện một thông tin hữu ích, quan trọng từ cuốn sách đang đọc, chị nhanh chóng ghi chú lại. Đây là một phương pháp rất hiệu quả mà bạn có thể học hỏi.

Biến đọc sách thành một thói quen mỗi ngày

Nếu đọc sách mỗi ngày, thì mỗi tháng, mỗi năm, kiến thức của bạn sẽ dày lên rất nhiều. Điều quan trọng đó là bạn cần có tính kỷ luật và động lực để biến đọc sách thành một thói quen mỗi ngày. Bạn nên viết ra mục tiêu của mình, ví dụ về thời gian (khoảng thời gian 8 giờ – 8 giờ 30 phút tối mỗi ngày sẽ dành cho đọc sách) hoặc số lượng, ví dụ (ít nhất 20 trang sách mỗi ngày hay ít nhất 30 quyển sách một năm). Sau đó hãy dán những mục tiêu này lên những vị trí mà bạn thường lui tới như bàn học hoặc giường ngủ.

Trang Elle Việt Nam từng đăng một bài chia sẻ về thói quen đọc sách của những tỷ phú nổi tiếng thế giới. Theo đó, vào khoảng thời gian bắt đầu sự nghiệp, Warren Buffett đã đọc 600-1000 trang sách mỗi ngày. Ở tuổi gần 90 như hiện nay, ông vẫn dành 80% thời gian mỗi ngày cho những quyển sách. Còn tỷ phú công nghệ Elon Musk, sáng lập công ty sản xuất ô tô điện Tesla, thì tự coi mình là một con "mọt sách". Khi được hỏi về bí quyết sáng tạo ra những phát minh công nghệ đột phá, bao gồm cả tên lửa Falcon, Musk nói rằng ông học mọi thứ từ sách.

Bạn cũng nên mang theo mình một cuốn sách mỗi khi ra khỏi nhà. Trong cuộc sống, sẽ luôn có những khoảnh khắc mà chúng ta phải chờ đợi. Đợi người yêu, đợi khám bác sĩ, đợi xếp hàng để thanh toán, đợi xe buýt,.... Trong những khoảnh khắc đó, bạn có thể đọc vài trang sách để tích lũy kiến thức. Cứ chăm chỉ mỗi ngày như vậy, chẳng mấy chốc bạn sẽ gặt hái được thành công.

20 cuốn sách nổi bật mà tôi đã đọc

Cuốn sách này gắn liền với khá nhiều con số 20. Nó bao gồm 20 hành trang, tương ứng với 20 chương kỹ năng dành cho người trong độ tuổi 20. Nó được viết và xuất bản năm 2018, khi mà tôi tròn 20 tuổi. Chính vì cái duyên với con số 20, nên bây giờ tôi xin được giới thiệu đến các bạn 20 cuốn sách nổi bật mà tôi đã đọc. Chúng được viết bởi nhiều tác giả, được xuất bản ở nhiều thời điểm khác nhau và thuộc nhiều chủ đề khác nhau. Nhưng chúng

đều là những cuốn sách hay, bổ ích và sẽ đem lại rất nhiều kiến thức mới cho bạn. Bạn sẽ nhận thấy khá nhiều cuốn sách dưới đây có chủ đề liên quan đến kinh doanh và Marketing bởi lẽ đây là hai lĩnh vực mà tôi đam mê và Marketing chính là ngành học hiện tại của tôi.

• "What Happened", tác giả Hillary Rodham Clinton: Tường thuật lại cuộc bầu cử Mỹ năm 2016, những vụ việc tai tiếng xung quanh nó, và cách mà bà Clinton lấy lại tinh thần sau trận thua trước ông Trump.

• "The Best We Could Do: An Illustrated Memoir", tác giả Thi Bui: Câu chuyện cuộc đời của một tác giả người Mỹ gốc Việt, người có cha mẹ đã rời khỏi Việt Nam sau sự sụp đổ của chính quyền Sài Gòn.

• "Methods of Persuasion: How to Use Psychology to Influence Human Behavior", tác giả Nick Kolenda: Quá trình bảy bước, được chứng minh bởi các nghiên cứu khoa học, để dự đoán, kiểm soát và tác động đến hành vi con người.

• "How Google Works", tác giả Eric Schmidt và Jonathan Rosenberg: Những chia sẻ về văn hóa làm việc tại Google, và cách mà nó giúp tăng năng suất, sự sáng tạo và đem lại trải nghiệm tuyệt vời nhất cho người dùng.

• "Lean In: Women, Work and the Will to Lead", tác giả Sheryl Sandberg: COO của Facebook đã chia sẻ những bí quyết giúp phụ nữ vượt qua những rào cản về bất bình đẳng giới để gặt hái thành công trong sự nghiệp, cũng như vai trò của chính phủ, doanh nghiệp và đàn ông trong quá trình này.

• "The Everything Store: Jeff Bezos and the Age of Amazon", tác giả Brad Stone: Câu chuyện ly kỳ về sự phát triển của một cửa hàng sách trực tuyến ít ai biết đến, thành một thương hiệu toàn cầu trong lĩnh vực thương mại điện tử, và người lãnh đạo Jeff Bezos tài ba đằng sau nó.

• "Elon Musk: Tesla, SpaceX and the Quest for a Fantastic Future2", tác giả Ashlee Vance: Những thăng trầm sự nghiệp của Elon Musk, người doanh nhân đứng đằng sau sự thành công của Tesla, SpaceX, PayPal và SolarCity.

• "Managing Online Reputation: How to Protect Your Company on Social Media", tác giả Charlie Pownall: Những bước rất cụ thể và dễ hiểu, giúp mọi doanh nghiệp đối phó với một mối lo luôn hiện

hữu của kỷ nguyên số, đó là việc danh tiếng bị hủy hoại trên mạng xã hội.

• "Alibaba: The House That Jack Ma Built", tác giả Duncan Clark: Sự nghiệp của tỷ phú Jack Ma, từ một người giáo viên tiếng Anh đến sáng lập viên hãng thương mại điện tử hàng đầu Trung Quốc, và những phân tích về sự phát triển nói chung của các công ty công nghệ Trung Quốc trong thế kỷ 21.

• "If You're Not First, You're Last: Sales Strategies to Dominate Your Market and Beat Your Competition", tác giả Grant Cardone: Một cuốn sách đáng để đọc mọi nhà đầu tư và quản lý. Cuốn sách đưa ra những chiến lược kinh doanh giúp các doanh nghiệp có thể vươn lên dẫn đầu trong một nền kinh tế cạnh tranh như hiện nay.

• "Blog Marketing: The Revolutionary New Way to Increase Sales, Build Your Brand, and Get Exceptional Results", tác giả Jeremy Wright: Một cuốn sách đã hơn 10 năm tuổi và được viết vào thời gian bùng nổ của blog cá nhân. Cho đến bây giờ, những bài học về blog marketing của Wright, từ cách thiết kế hiệu quả đến tăng lượt người ghé thăm, vẫn còn nguyên giá trị.

• "Think Big: Make in Happen in Business and Life", tác giả Donald J. Trump: Những bí quyết để thành công trong công việc và đời sống hằng ngày, dựa trên kinh nghiệm kinh doanh bất động sản và truyền hình của đương kim Tổng thống Mỹ.

• "World War One: A Very Peculiar History", tác giả Jim Pipe: Một cuốn sách nhỏ bé nhưng lại tường thuật đầy đủ, chi tiết về Chiến tranh thế giới thứ nhất. Những số liệu, tranh vẽ và câu chuyện thực tế chưa bao giờ được kể trong cuốn sách khiến một đề tài khô khan như lịch sử bỗng trở nên thú vị.

• "Unstoppabe: The Incredible Power of Faith in Action3", tác giả Nick Vujicic: Sinh ra không có tay và chân, Nick Vujicic đã phải dựa vào một nghị lực phi thường để sống và vươn lên. Không dừng lại ở đó, anh còn là một diễn giả truyền cảm hứng cho hàng triệu người trên thế giới. Cuốn sách chia sẻ bí quyết thành công hàng đầu của anh, đó chính là niềm tin.

• "Are You Smart Enough to Work at Google?", tác giả William Poundstone: Làm việc tại các công ty công nghệ hàng đầu thế giới như Google là mơ ước của bao sinh viên. Poundstone đã liệt kê những câu hỏi phỏng vấn kỳ quặc nhưng vô cùng thú vị của Google cũng như gợi ý lời giải đáp. Một cuốn sách rất đáng đọc cho

những ai chuẩn bị phỏng vấn xin việc tại những tập đoàn lớn.

• "Perfect Spy: The Incredible Double Life of Pham Xuan An, Time Magazine Reporter and Vietnamese Communist Agent4", tác giả Larry Berman: Cuộc đời phi thường của tướng tình báo Phạm Xuân Ẩn tại nhiều quốc gia, dưới nhiều cái tên và nhiều vỏ bọc nghề nghiệp đã được Larry Berman tường thuật lại như một bộ phim trinh thám hấp dẫn.

• "Hộ chiếu xanh đi quanh thế giới: Những bước để trở thành công dân toàn cầu", tác giả Hồ Thu Hương, Nguyễn Phan Linh và Phạm Anh Đức: Lời khuyên của ba tác giả trẻ, những người có dòng máu Việt Nam, đã từng sinh sống ở nhiều quốc gia và thành thạo nhiều ngoại ngữ, về việc làm thế nào để nắm bắt những cơ hội của toàn cầu hóa và sự hội nhập về văn hóa.

• "Tôi và Paris: Câu chuyện một dòng sông", tác giả Hoàng Long: Câu chuyện cuộc đời của một chàng du học sinh đã sinh sống hàng chục năm tại Paris, và những kỷ niệm khó quên của anh tại thành phố này.

• "Tuổi trẻ đáng giá bao nhiêu?", tác giả Rosie Nguyễn: Những lời khuyên từ một blogger, giảng viên kỹ năng sống dành cho các bạn trẻ trong việc học, tìm kiếm niềm đam mê và suy nghĩ lớn để thành công.

• "Donald Trump: Sự lựa chọn lịch sử của nước Mỹ", tác giả PSG.TS. Cù Chí Lợi: Một cuốn sách rất đáng đọc cho những ai đam mê chính trị thế giới. Tác phẩm được viết từ một người có nhiều kinh nghiệm trong nghiên cứu chính trị và bao gồm trong nó những phân tích rất có giá trị về tương lai nước Mỹ thời Donald Trump.

Cập nhật tin tức mỗi ngày

Nhiều người đã từng hỏi làm thế nào tôi có thể tự tin đứng trước hơn 800 em học sinh của trường phổ thông FPT và nói về những vấn đề toàn cầu. Thực sự đó là một thử thách rất lớn đối với tôi. Tôi đã phải nghiên cứu nhiều tài liệu, sách vở và chuẩn bị bài thuyết trình của mình trong nhiều tuần liền. Và một trong những công cụ tuyệt vời giúp tôi tự tin trong suốt ba buổi hội thảo chính là tin tức.

Lợi thế của tin tức so với sách đó là chi phí rẻ và được cập nhật thường xuyên. Tất nhiên, bạn vẫn nên duy trì thói quen đọc sách mỗi ngày (đấy là lý do tại sao từ đầu hành trang 3 tới giờ, tôi tập trung phân tích thói quen đọc sách). Tuy nhiên bên cạnh đó, bạn

cũng nên thường xuyên cập nhật tin tức để bắt kịp với các vấn đề xã hội và xu hướng mới nổi ở Việt Nam và quốc tế.

Đọc tin tức chuyên ngành còn giúp bạn tăng cường hiểu biết về lĩnh vực mình hoạt động, đam mê, từ đó giúp công việc của bạn tiến triển hơn. Tin tức còn là công cụ tuyệt vời giúp thế hệ trẻ nhận thức về các vấn đề toàn cầu và vấn đề xã hội của Việt Nam như HIV/AIDS, biến đổi khí hậu, nghèo đói và bùng nổ dân số. Sự nhận thức này là cơ sở để thế hệ trẻ chung tay đẩy lùi những vấn nạn gây nhức nhối.

Làm thế nào để đọc tin tức hiệu quả là một câu hỏi của nhiều bạn trẻ, khi mà bây giờ chúng ta có quá nhiều lựa chọn về tin tức – báo giấy truyền thống, báo điện tử, blog cá nhân, mạng xã hội,…. Lời khuyên của tôi đó là bạn nên kết hợp chọn lọc tin tức từ các nguồn khác nhau này vì mỗi nguồn đều có điểm lợi và mặt hạn chế. Ví dụ, báo điện tử có lợi thế là được cập nhật liên tục, nhưng nhiều khi không bao gồm các phân tích chuyên sâu như báo giấy truyền thống.

Cũng như đọc sách, cập nhật tin tức nên trở thành một thói quen mỗi ngày của bạn. Hãy xây dựng cho mình một thói quen cập nhật tin tức ít nhất hai lần mỗi ngày, một là vào buổi sáng sau khi thức dậy, hai là vào buổi tối trước khi đi ngủ. Đây là một trong những thói quen của rất nhiều doanh nhân thành công. Dành thời gian để mở rộng và cập nhật kiến thức không bao giờ là thừa, đúng không nào?

Dưới đây là 30 trang tin tức uy tín mà tôi muốn giới thiệu cho bạn. Một vài trong số chúng cung cấp tin tức tổng hợp thuộc nhiều lĩnh vực, số khác tập trung vào một hoặc một vài lĩnh vực chuyên môn. Ngoài ra, nhiều trang tin tức dưới đây có ứng dụng di động để bạn có thể tải về máy điện thoại.

Trang báo Việt Nam

1. VnExpress: https://vnexpress.net/

2. Dân Trí: http://dantri.com.vn/

3. Zing: https://news.zing.vn/

4. Tuổi Trẻ Online: https://tuoitre.vn/

5. Kênh 14: http://kenh14.vn/

6. Genk: http://genk.vn/

7. CafeF: http://cafef.vn/

8. CafeBiz: http://cafebiz.vn/

9. Báo Mới: https://www.baomoi.com/

10. VTV News: http://vtv.vn/

11. VTC News: https://vtc.vn/

12. Thanh Niên: https://thanhnien.vn/

13. Vietnamnet: http://vietnamnet.vn/

14. Tiền Phong: https://www.tienphong.vn/

15. Dân Việt: http://danviet.vn/

Trang báo nước ngoài

1. BBC News: http://www.bbc.com/news

2. CNN: http://edition.cnn.com/

3. The New York Times: https://www.nytimes.com/

4. AFP: https://www.afp.com/en/news-hub

5. Reuters: http://www.reuters.com/

6. The Guardian: https://www.theguardian.com/international

7. Business Insider: http://www.businessinsider.com/

8. Bloomberg: https://www.bloomberg.com/

9. TechCrunch: https://techcrunch.com/

10. The Economist: https://www.economist.com/

11. World Economic Forum: https://www.weforum.org/

12. Science Daily: https://www.sciencedaily.com/

13. The Verge: https://www.theverge.com/

14. The Wall Street Journal: https://www.wsj.com

15. Forbes: https://www.forbes.com/

Tổng kết hành trang 3

Để có thể tối ưu hóa lợi ích của việc đọc sách, bạn nên lựa chọn sách thuộc nhiều chủ đề khác nhau và liên tục cập nhật danh sách của bạn.

Đặt sách trực tuyến vừa có thể giúp bạn tiết kiệm thời gian, vừa giúp bạn tìm được những đầu sách hạ giá.

Mỗi lần phát hiện một thông tin hữu ích, quan trọng từ cuốn sách đang đọc, bạn hãy nhanh chóng ghi chú lại.

Bạn cũng nên mang theo mình một cuốn sách mỗi khi ra khỏi nhà để đọc trong những lúc chờ đợi.

Đọc tin tức mỗi ngày là cách tuyệt vời để bạn bắt kịp với những xu hướng mới nổi ở Việt Nam và quốc tế.

Hành trang 4
Học ngoại ngữ

Thế giới toàn cầu hóa là nơi mà chúng ta sẽ gặp gỡ và giao tiếp với những người đến từ nhiều nền văn hóa và nói những ngôn ngữ khác nhau. Khi sinh sống tại Đức, tôi phải sử dụng tiếng Đức để nói chuyện với người bản địa vì phần lớn họ không giỏi tiếng Anh. Khi lên giảng đường, tôi lại sử dụng tiếng Anh vì đó là ngôn ngữ chính thức của trường đại học tôi đang theo học. Còn khi giao tiếp với những người bạn Việt Nam và nói chuyện với gia đình, tôi sử dụng tiếng Việt. Ngoại ngữ đã trở thành một kỹ năng thực sự cần thiết cho các công dân của xã hội hiện đại.

Tại sao nên chú trọng học ngoại ngữ?

Nếu ví dụ vừa rồi của tôi chưa thuyết phục được bạn về tầm quan trọng của việc học ngoại ngữ, thì tôi còn một vài lý do khác cho bạn.

Lợi ích cho não bộ

Một bài báo năm 2017 đăng trên tờ Business Insider đã chỉ ra các tác dụng tuyệt vời của việc học ngoại ngữ đến não bộ. Theo đó, việc học ngoại ngữ sẽ giúp cải thiện sự tập trung, khả năng đưa ra quyết định sáng suốt và làm nhiều việc cùng một lúc. Các nghiên cứu khoa học được trích dẫn trên bài báo thậm chí còn chỉ ra rằng, việc học ngoại ngữ giúp giảm thiểu nguy cơ mắc các bệnh về trí nhớ như Alzheimer và góp phần tăng kích cỡ của não bộ.

Du lịch và du học

Tôi đã từng nghe nhiều câu chuyện từ những người đi du lịch nước ngoài nhưng gặp khó khăn trong việc mua sắm và đi lại do vốn ngoại ngữ hạn hẹp của họ. Có một thực tế đó là không phải

người dân quốc gia nào cũng nói tiếng Việt và không phải ai cũng nói giỏi tiếng Anh. Việc thành thạo tiếng Anh hoặc những điều cơ bản của một ngôn ngữ địa phương nơi bạn du lịch sẽ khiến trải nghiệm của bạn trở nên dễ dàng và đáng nhớ hơn rất nhiều. Còn đối với du học sinh, việc thành thạo ngoại ngữ, ví dụ tiếng Anh cho những bạn đi Mỹ hoặc tiếng Pháp cho những bạn đi Pháp, là điều kiện cơ bản để nhập học và xin visa.

Giao tiếp với người nước ngoài tại Việt Nam

Không chỉ khi đi du lịch và du học, ngay cả khi ở Việt Nam, bạn cũng có thể bắt gặp những người nước ngoài. Họ có thể đến vì mục đích du lịch, công tác hoặc tìm hiểu văn hóa, điều kiện kinh doanh của Việt Nam. Khi mà các nước thành viên ASEAN ngày càng mở cửa cho nhau, và các hiệp định tự do như Hiệp định Đối tác xuyên Thái Bình Dương (TPP) đẩy mạnh làn sóng đầu tư vào Việt Nam, thì số lượng người nước ngoài đến sinh sống và học tập lâu dài tại Việt Nam cũng sẽ tăng theo. Khi đó, việc thành thạo ngoại ngữ để giao tiếp với người nước ngoài sẽ giúp bạn thể hiện bản thân mình và cải thiện hình ảnh Việt Nam trước con mắt của bạn bè quốc tế.

Mở rộng cơ hội việc làm

Khi mà những doanh nghiệp muốn mở rộng đầu tư tại Việt Nam hay ra các khu vực khác trên thế giới, họ cần những nhân viên thông thạo ngoại ngữ. Khả năng ngoại ngữ tốt không những làm đẹp CV của bạn, mà còn giúp bạn phát triển cơ hội làm việc tại bất cứ đâu trên thế giới.

Làm thế nào để cải thiện ngoại ngữ?

Là một người đã từng học tiếng Anh, học tiếng Đức, viết sách và giảng dạy IELTS, tôi đã có cơ hội trải nghiệm rất nhiều phương pháp học ngoại ngữ khác nhau. Tuy nhiên, cho dù bạn học ngoại ngữ gì đi nữa, bạn cũng cần phát triển bốn kỹ năng, đó là: Nghe, Nói, Đọc và Viết.

Nghe

Nếu không có cơ hội thường xuyên giao tiếp với người nước ngoài, bạn vẫn có thể cải thiện kỹ năng nghe của mình với nguồn tài nguyên khổng lồ trên Internet, đặc biệt là các video trên YouTube hoặc truyền hình địa phương. Hãy bắt đầu bằng những video với chủ đề đơn giản như thế giới động vật, thể thao, trò chơi dân gian hay đồ ăn truyền thống của một quốc gia. Bạn cũng có thể xem

video có phụ đề để hiểu rõ thêm về từ vựng và ngữ pháp.

Sau khi đã tự tin nghe mà không cần phụ đề, hãy tăng độ khó của các video. Bạn có thể chọn những chủ đề như chính trị, giáo dục và môi trường để tự thử thách bản thân. Ngoài các video trên YouTube, thì những bộ phim nước ngoài hoặc bản tin truyền hình địa phương cũng là những sự lựa chọn lý tưởng cho bạn. Bản thân tôi vẫn thường xuyên xem những bộ phim hành động Mỹ và cập nhật tin tức qua các kênh truyền hình bằng tiếng Anh như BBC, CNN, CSBN, Vox và The White House để cải thiện khả năng nghe.

Một điều nên làm trong lúc nghe ngoại ngữ đó chính là có một quyển vở bên cạnh để ghi chú lại những mẫu câu hay, thú vị mà bạn chưa biết. Cũng giống như việc có một quyển vở ghi chú bên cạnh khi đọc sách, thói quen này sẽ giúp bạn tích lũy rất nhiều mẫu câu hay chỉ trong thời gian ngắn.

Nói

Trong cuốn sách "Những phương pháp tự học IELTS hiệu quả" của mình, tôi đã từng gợi ý bạn đọc sử dụng Google và các trợ lý ảo như Siri để kiểm tra trình độ phát âm tiếng Anh của họ. Cách thực hiện rất đơn giản, nếu Google hay Siri không hiển thị đúng những gì bạn ra lệnh, điều đó có nghĩa phát âm của bạn chưa chuẩn, vì những công cụ này được lập trình với giọng nói của người bản địa.

Về mặt lâu dài, bạn cần chủ động giao tiếp với bên ngoài nếu muốn thực sự cải thiện kỹ năng nói của bản thân. Nếu bạn đang ở nước ngoài, thật tuyệt vời. Hãy tận dụng cơ hội này để nói ngoại ngữ thật nhiều mỗi ngày. Thời gian đầu sang Đức sinh sống, tôi gặp khó khăn rất lớn trong giao tiếp tiếng Đức cơ bản, mặc dù tôi đã dành hơn sáu tháng trước đó để học tiếng Đức ở Việt Nam. Giải pháp sau đó của tôi là nói thật nhiều tiếng Đức mỗi ngày – khi đi mua sắm, khi đi du lịch, khi gặp những người bạn Đức, khi hỏi đường,... Đừng sợ nói sai bạn nhé. Nói sai sẽ là một thành công nếu như bạn học được một từ mới hoặc mẫu câu mới từ lần nói sai đó!

Nếu bạn đang ở Việt Nam, bạn vẫn có nhiều cơ hội để cải thiện kỹ năng nói. Tình nguyện làm hướng dẫn viên du lịch cho người nước ngoài hay kết bạn với người nước ngoài qua mạng xã hội là những cơ hội như thế. Nếu bạn không có đủ thời gian để theo học những khóa học ngoại ngữ với giáo viên bản địa, hãy tranh thủ thời gian rảnh để tham gia những câu lạc bộ luyện tiếng Anh offline tại địa phương bạn sinh sống. Phần lớn các tỉnh, thành phố

mà tôi đã đặt chân đến tại Việt Nam đều có các câu lạc bộ như vậy và họ hoạt động rất thường xuyên.

Đọc

Để cải thiện kỹ năng nghe, bạn cần nghe ngoại ngữ. Để cải thiện kỹ năng nói, bạn cần nói ngoại ngữ thật nhiều. Và để đọc giỏi, bạn cũng cần tận dụng mọi cơ hội để đọc. Tương tự như quá trình luyện nghe, hãy bắt đầu đọc những nội dung dễ, rồi dần dần tăng độ khó. Sách, báo, truyện tranh, tạp chí hay tờ rơi đều có thể trở thành nguồn tài liệu đọc cho bạn. Nhưng để đọc hiệu quả, bạn cần phải học được điều gì đó từ những con chữ. Một lần nữa, tôi khuyên bạn nên chuẩn bị một cuốn vở bên cạnh mình mỗi khi đọc. Hãy ghi chú lại toàn bộ những từ mới, cách sử dụng từ thú vị hoặc mẫu câu hữu ích mà bạn chưa biết.

Tôi sẽ lấy một ví dụ với đoạn văn tiếng Anh dưới đây được trích dẫn từ trang CNN:

"Including some alcohol in your diet may lower your risk of a heart attack and type 2 diabetes. But even at low levels, alcohol may interfere with sleep, cloud judgment, contribute to weight gain and negatively interact with some medications. We›ve also known that just one drink per day slightly increases a woman›s risk of breast cancer. The more you drink, the greater the risks. According to the National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, people who drink heavily – for men, that's defined as more than four drinks on any day or more than 14 drinks per week, and for women more than three drinks on any day or more than seven drinks per week – have a greater risk of injuries, having children with birth defects and health problems including liver disease, heart disease, depression, stroke and several types of cancer. Drinking too much can also make it difficult to manage existing health conditions such as diabetes and high blood pressure."

• Từ mới mà tôi học được:

Interfere (động từ): Gây cản trở

Breast cancer (danh từ): Ung thư vú

Depression (danh từ): Sự trầm cảm

• Mẫu câu mới mà tôi học được:

Contribute to something: Đóng góp vào cái gì đó

According to someone: Theo như một ai đó

Make it difficult to manage: Làm cho việc gì trở nên khó kiểm soát

Viết

Kỹ năng viết một ngoại ngữ có thể được chia làm hai dạng, bao gồm viết ở bối cảnh thân mật và bối cảnh trang trọng. Để tăng cường khả năng viết của bản thân, bạn nên tận dụng cả hai cơ hội viết này. Các bối cảnh thân mật có thể là gửi tin nhắn cho bạn bè, viết email cho bố mẹ hoặc viết thiệp sinh nhật cho người thân. Ngược lại, các bối cảnh trang trọng bao gồm viết bài luận trên lớp, viết thư cho giáo viên, gửi tin nhắn cho đồng nghiệp hay đăng ký các thủ tục hành chính. Nếu như bạn chăm chỉ tập luyện kỹ năng nghe và đọc, bạn sẽ có rất nhiều từ vựng và ngữ pháp để áp dụng vào kỹ năng viết.

Dù bạn đang học ngoại ngữ gì, hãy luôn cố gắng tìm một người "thầy" chữa các bài viết cho bạn. Nếu không có họ, bạn sẽ không biết kỹ năng viết của mình đang mắc những lỗi gì. Người thầy đó có thể là giáo viên ngoại ngữ của bạn, một người dân bản địa mà bạn quen hoặc một người bạn Việt Nam nhưng rất giỏi ngoại ngữ đó. Tôi đã từng chữa rất nhiều bài luận IELTS và các học sinh của tôi cũng đã học được nhiều điều từ chính những lỗi sai mà họ mắc phải. Vì vậy, nghe sai, nói sai, đọc sai hay viết sai không phải là một thất bại. Nhưng không hành động để cải thiện ngoại ngữ thì đúng là một thất bại to lớn!

Bên cạnh việc phát triển bốn kỹ năng ngoại ngữ như trên, hai yếu tố khác giúp bạn học ngoại ngữ hiệu quả chính là xác định rõ mục tiêu của việc học ngoại ngữ và lên một kế hoạch cụ thể cho việc học của mình. Hai yếu tố này sẽ tạo động lực giúp bạn cố gắng mỗi ngày. Một mục tiêu học ngoại ngữ cần cụ thể về đích đến, thời gian và nên dựa vào những dự định tương lai của bạn, ví dụ:

- Đạt 550 TOEIC sau năm tháng
- Đạt 6.0 IELTS sau sáu tháng
- Đạt chứng chỉ B1 tiếng Đức sau một năm
- Tự tin giao tiếp cơ bản với người Pháp sau ba tháng
- Tự tin đọc các bài báo bằng tiếng Nhật sau chín tháng

KẾ HOẠCH HỌC TIẾNG ĐỨC

	Sáng	Chiều	Tối
Thứ 2	Dành 30 phút nghe tin tức bằng tiếng Đức		
Thứ 3			Hẹn gặp một người bạn Đức tại quán cà phê để cải thiện kỹ năng nói
Thứ 4		Dành 30 phút đọc báo bằng tiếng Đức	
Thứ 5	Học năm từ mới tiếng Đức và cách phát âm		Dành 30 phút đọc sách bằng tiếng Đức
Thứ 6		Dành 30 phút nghe tin tức bằng tiếng Đức	
Thứ 7			Viết email bằng tiếng Đức hỏi thăm ba người bạn Đức
Chủ Nhật	Tham gia câu lạc bộ offline luyện nói tiếng Đức		Học năm mẫu câu mới của tiếng Đức và cách sử dụng

Một kế hoạch học ngoại ngữ cũng giống như một kế hoạch ôn thi mà tôi đã đề cập ở hành trang 2 và hành trang 4. Năm yêu cầu cho một bản kế hoạch học ngoại ngữ lý tưởng đó là sự rõ ràng, phân chia đều thời gian cho các kỹ năng, có thời gian cho giải trí, được treo ở một nơi bạn thường xuyên lui tới và sự quyết tâm cao độ từ bạn. Ở trên là một bản kế hoạch mẫu cho việc học tiếng Đức.

Học một ngoại ngữ thứ hai, tại sao không?

Thực tế đó là việc biết một ngoại ngữ, mà phổ biến nhất là tiếng Anh, đã trở thành một điều quá bình thường. Khi mà bạn biết càng nhiều ngoại ngữ, thì những lợi ích mà tôi đề cập ở mục "Tại sao nên chú trọng học ngoại ngữ?" lại càng có cơ hội mở rộng. Nếu bạn biết tiếng Đức, bạn có thể tăng cơ hội làm việc ở Đức, Áo và Thụy Sĩ. Nếu bạn giỏi tiếng Pháp, bạn có thể vi vu ở Pháp, Bỉ và Luxembourg mà không lo về việc giao tiếp với người dân bản địa. Còn nếu bạn thành thạo tiếng Tây Ban Nha, cánh cửa du học và làm việc ở Mexico, Argentina và Chile đang chờ đón bạn.

Phần lớn những người thành công mà tôi biết đều thành thạo ít nhất hai ngoại ngữ. Nhưng trước khi bắt tay vào học một ngoại ngữ mới, bạn cần xác định rõ mục tiêu của mình. Bạn học ngoại ngữ đó vì sở thích, vì đó là môn học ở trường, vì người yêu bạn nói thứ tiếng đó, hay vì công việc tương lai? Dù lý do của bạn là gì, hãy xác định rõ vì nó sẽ là động lực thúc đẩy bạn theo đuổi việc học ngoại ngữ thứ hai.

Bản thân tôi học tiếng Đức vì tôi cần tiếng Đức để giao tiếp với người dân bản địa và mở rộng cơ hội việc làm sau khi ra trường. Tôi cũng chuẩn bị học tiếng Trung Quốc vì tôi sẽ chuyển đến sinh sống ở Hồng Kông trong nửa năm. Và một khi mục tiêu đã được xác định, hãy kiên trì rèn luyện bốn kỹ năng nghe, nói, đọc và viết mà tôi đã phân tích ở mục "Làm thế nào để cải thiện ngoại ngữ?".

Lời khuyên cuối cùng trước khi chúng ta chuyển sang hành trang 5. Nếu bạn biết nhiều hơn một ngoại ngữ, đừng quên luyện tập chúng thường xuyên nhé. Việc bỏ rơi bất kỳ ngoại ngữ nào sẽ khiến khả năng của bạn bị sụt giảm đáng kể chỉ sau thời gian ngắn.

Tổng kết hành trang 4

Trước khi bắt tay vào học ngoại ngữ thứ hai, hãy xác định mục tiêu của bạn: Bạn học ngoại ngữ đó vì sở thích, vì đó là môn học ở trường, vì người yêu bạn nói thứ tiếng đó, hay vì công việc tương lai?

Việc học ngoại ngữ sẽ giúp cải thiện sự tập trung, khả năng đưa ra quyết định sáng suốt và làm nhiều việc cùng một lúc.

Bạn cũng cần xác định rõ mục tiêu của việc học ngoại ngữ và lên một kế hoạch cụ thể cho việc học của mình.

Việc thành thạo ngoại ngữ để giao tiếp với người nước ngoài sẽ giúp bạn thể hiện bản thân mình và cải thiện hình ảnh Việt Nam trước con mắt của bạn bè quốc tế.

Hành trang 5
Phát triển các kỹ năng mềm

Đã có rất nhiều định nghĩa về kỹ năng mềm, nhưng tôi xin được đưa ra một định nghĩa ngắn gọn của riêng mình:

"Kỹ năng mềm là các kỹ năng mà trường học không dạy bạn nhưng cuộc sống và sự nghiệp mai sau lại rất cần từ bạn."

Dưới đây là bảy kỹ năng mềm mà tôi đánh giá là rất quan trọng cho những người ở độ tuổi 20 và 20s (từ 20 đến 29).

Sống độc lập

Trong buổi nói chuyện với hơn 200 em học sinh của trại hè Công dân Toàn cầu do AIESEC Việt Nam tổ chức vào năm 2016, tôi đã có cơ hội chia sẻ những kỹ năng quan trọng mà một học sinh thời hiện đại cần làm chủ. Kỹ năng đầu tiên mà tôi đề cập đến chính là sống độc lập.

Với một người trẻ, sống độc lập là khi mà họ không còn sống dưới vòng tay che chở và chăm lo mỗi ngày từ cha mẹ. Các du học sinh sẽ trải nghiệm điều này ngay khi họ rời khỏi Việt Nam và bắt đầu cuộc hành trình trên một miền đất mới. Bản thân tôi trải nghiệm cảm giác sống xa nhà lần đầu năm 2014 khi tôi bắt đầu hai năm học tại Anh. Còn nếu bạn không đi du học? Sớm muộn gì bạn cũng sẽ phải sống độc lập, vì đơn giản, bố mẹ sẽ không thể sống bên cạnh và hỗ trợ bạn suốt đời.

Trong một bài chia sẻ trên VnExpress, tiến sĩ Vũ Thu Hương – giảng viên trường Đại học Sư phạm Hà Nội – nhận xét kiểm soát quá mức con cái về chuyện đi chơi và học hành là một trong những sai lầm mà phụ huynh mắc phải trong quá trình nuôi con khôn lớn. Nếu bạn nhìn vào cách nuôi dạy con của những người

thành đạt như Michelle Obama và Bill Gates phần lớn họ đều hướng con cái sống độc lập từ nhỏ. Tự làm việc nhà thường xuyên hay tự dọn dẹp phòng ngủ là những điều mà họ mong muốn từ những đứa con.

Vậy thì kỹ năng sống độc lập sẽ bao gồm những khía cạnh gì? Nó là những công việc mà một người trưởng thành sẽ phải tự lo liệu, từ tìm nhà ở, sửa chữa những vấn đề trong căn nhà, tự giặt quần áo, nấu ăn hay dọn dẹp nhà cửa thường xuyên. Nếu bạn đang đi du học hoặc sống xa vòng tay cha mẹ, tôi khuyên bạn nên tự mình phát triển những kỹ năng nhỏ này mỗi ngày. Chúng sẽ tôi luyện bạn trở thành một con người mạnh mẽ và là hành trang vững chắc cho cuộc sống tương lai của bạn.

Còn nếu bạn vẫn đang sống cùng bố mẹ, bạn vẫn có thể tự phát triển kỹ năng sống độc lập của mình. Hãy phụ giúp bố mẹ trong những công việc nhà, từ mua sắm đồ đạc, đi siêu thị, nấu ăn đến dọn dẹp nhà cửa mỗi tuần. Hãy thường xuyên tự làm sạch phòng ngủ của bạn và tự mua sắm những dụng cụ học tập cần thiết thay vì chờ đợi bố mẹ. Hãy tự làm mọi việc mà bạn có thể.

Quản lý thời gian

Tôi rất đồng ý với quan điểm của những người dân phương Tây rằng thời gian nên được coi là một thứ tài sản và vì thế cần được sử dụng một cách hiệu quả. Nhận xét về tầm quan trọng của thời gian, Đức mẹ Teresa đã từng nói: “Ngày hôm qua đã trôi đi. Ngày mai thì chưa tới. Chúng ta chỉ có ngày hôm nay, vì vậy hãy bắt đầu công việc của mình.”

Lên kế hoạch cho các mục tiêu ngắn hạn

Tôi là người bị “ám ảnh” bởi việc chuẩn bị. Nhưng tôi cũng phải thừa nhận rằng sự ám ảnh này là bí quyết hàng đầu dẫn đến thành công của tôi. Tôi lên kế hoạch cho mọi việc, từ những công việc cần làm hàng ngày, những bài báo, những buổi diễn thuyết đến những dự án sẽ triển khai trong vài tháng tới hay những dự định cho sự nghiệp mai sau. Ngay cả với cuốn sách mà bạn đang cầm trên tay, tôi đã dành một vài tuần chỉ để nghĩ ý tưởng và lập một đề cương hoàn chỉnh trước khi bắt tay vào viết.

Các mục tiêu ngắn hạn được tôi định nghĩa là những công việc bạn cần hoàn thiện trong một vài ngày hoặc một vài tuần tới. Nó có thể là những thói quen hàng ngày (đừng quên các thói quen tự học, đọc sách và học ngoại ngữ mà tôi đã phân tích ở các hành

trang trước nhé!), những chuyến du lịch ngắn ngày, những công việc gia đình, những bài tập về nhà hay những công việc do sếp giao ở cơ quan. Khi bạn đón nhận bất cứ một nhiệm vụ mới nào, đừng quên ghi lại và cho nó vào trong kế hoạch. Nếu không, bạn sẽ rất dễ quên nó.

Phương pháp lên kế hoạch phổ biến nhất cho các mục tiêu ngắn hạn là viết chúng lên các tờ giấy nhắc việc và chia theo các khung thời gian, ví dụ từ thứ Hai đến Chủ Nhật. Hãy luôn lập một kế hoạch cụ thể về nội dung và rõ ràng về thời gian thực hiện, ví dụ 7 giờ tối mai – Hẹn gặp hội bạn cấp 2 tại Vincom Bà Triệu hay Thứ 3 tuần này – Gửi báo cáo tháng qua email cho sếp. Bạn nên dán những tờ giấy nhắc việc này ở những nơi thường lui tới trong căn nhà, ví dụ tủ lạnh hoặc bàn học. Một khi thực hiện xong một công việc, bạn có thể lấy bút gạch nó đi để tập trung vào những nhiệm vụ khác.

Bên cạnh đó, bạn cũng có thể sử dụng công nghệ cho việc lập kế hoạch những mục tiêu ngắn hạn. Những ứng dụng ghi chép trên điện thoại như Evernote, Microsoft OneNote, Google Keep, SimpleNote và Apple Notes là những công cụ sẽ trợ giúp bạn một cách đắc lực. Chúng còn có chức năng nhắc nhở bạn thực hiện các công việc trước một vài tiếng.

Lên kế hoạch cho các mục tiêu trung hạn

Các mục tiêu trung hạn là những nhiệm vụ của bạn trong một vài tháng tới. Đối với tôi, một số mục tiêu trung hạn ở thời điểm viết cuốn sách này đó là lên Berlin thăm anh trai, về Việt Nam thăm gia đình, ôn thi các môn cuối kỳ, xuất bản thành công cuốn sách này và chuyển đến Hồng Kông sinh sống nửa năm. Đối với những bạn trẻ tuổi 20, thì những mục tiêu trung hạn của họ chủ yếu xoay quanh ba khía cạnh, cá nhân, việc học và công việc.

Hãy tự đặt cho mình những câu hỏi như trong vòng vài tháng tới, bạn sẽ đi du lịch những đâu, cần hẹn gặp những ai, cần thi những môn gì hay cần thực hiện những báo cáo gì cho sếp. Một khi xác định xong những mục tiêu trung hạn, hãy ghi chúng lên giấy nhắc việc hoặc một cuốn sổ. Đừng quên thường xuyên kiểm tra lại những mục tiêu trung hạn của bạn và có những sự điều chỉnh nếu cần thiết.

Lên kế hoạch cho các mục tiêu dài hạn

Trong cuốn sách “Lean In: Women, Work and the Will to Lead”

(tạm dịch "Dấn thân: Phụ nữ, công việc và đam mê lãnh đạo") của mình, Giám đốc điều hành (COO) của Facebook – Sheryl Sandberg – đã nhấn mạnh rằng những mục tiêu dài hạn không nhất thiết phải quá cụ thể. Chúng có thể là những mục tiêu chung, rộng lớn và có phần ngông cuồng như thay đổi thế giới, xóa bỏ đói nghèo tại châu Phi hay đi du lịch vòng quanh nước Mỹ. Chính từ những mục tiêu lâu dài này, bạn sẽ điều chỉnh những mục tiêu ngắn hạn và trung hạn để đạt được chúng. Ví dụ, nếu bạn muốn xóa bỏ đói nghèo tại châu Phi, khả năng cao là bạn phải bắt đầu bằng việc học ngành ngoại giao hoặc kinh tế.

Những mục tiêu dài hạn là những giấc mơ của bạn trong một vài năm hoặc một vài chục năm tới. Nó có thể là ước mơ làm việc cho một công ty nào đó, ước mơ cưới một người chồng tử tế hoặc ước mơ trở thành một ca sĩ nổi tiếng Việt Nam. Hãy thật sáng tạo và suy nghĩ lớn cho những mục tiêu dài hạn. Nếu tôi chỉ chấp nhận tham gia vào những dự án liên quan đến IELTS, thì làm sao tôi có thể có cơ hội làm huấn luyện viên khởi nghiệp tại một trại hè về kinh doanh cho học sinh cấp ba. Nếu tôi chỉ chú tâm vào những dự án dạy học và viết sách, thì làm sao tôi có thể có cơ hội đứng trước hàng nghìn em học sinh và truyền cảm hứng cho họ về một tương lai tốt đẹp ở phía trước. Vì vậy, sau khi đọc xong cuốn sách này, hãy liên hệ và chia sẻ cho tôi mục tiêu dài hạn của bạn nhé.

Quản lý tài chính cá nhân

Tôi cảm thấy rất bất ngờ khi biết rằng cho đến ngày hôm nay, vẫn có nhiều sinh viên đại học không có một kế hoạch cụ thể để quản lý tài chính cá nhân. Họ vẫn chi tiêu phung phí cho các cuộc ăn nhậu, hát hò và các món thời trang đắt tiền. Có thể bây giờ họ vẫn nhận sự hỗ trợ tài chính từ cha mẹ. Nhưng một khi sống độc lập, việc chi tiêu phung phí sẽ khiến họ lâm vào bế tắc nếu gặp phải một vấn đề bất trắc cần số tiền lớn.

Lập kế hoạch chi tiêu

Ở độ tuổi 20, bạn không cần có một kế hoạch chi tiêu quá chi tiết như một người đã bước sang tuổi 30, có gia đình và con cái. Tuy nhiên, kế hoạch chi tiêu của bạn cũng cần có sự cụ thể và rõ ràng. Hãy bắt đầu bằng việc tính toán thu nhập mỗi tháng của bạn, có thể là từ hỗ trợ của cha mẹ, từ công việc làm thêm hay từ tiền tiết kiệm trước đó.

Sau đó, hãy vạch ra những chi tiêu cần thiết theo ba mức độ – Thiết yếu, thứ yếu và không quan trọng. Những chi tiêu thiết yếu

bao gồm các chi phí như tiền thuê nhà, xăng dầu, điện thoại, mua thức ăn hay giặt giũ quần áo mỗi tuần. Những chi tiêu thứ yếu có thể là mua sắm đồ đạc trong nhà, quần áo mới, sách vở hay dụng cụ học tập. Còn những chi tiêu không quan trọng chủ yếu là những khoản chi đắt tiền, phục vụ mục đích giải trí và xã hội như du lịch, ăn nhà hàng hay đổi điện thoại.

Tiến sĩ Lê Thẩm Dương, một người rất nổi tiếng với những khóa học về quản trị kinh doanh và kỹ năng sống, đã từng nhận định bạn nên học cách quản lý chi tiêu dưới khả năng cho phép. Ví dụ, nếu bạn kiếm được năm triệu đồng mỗi tháng, hãy luôn lập kế hoạch chi tiêu dưới năm triệu đồng. Cuộc sống sẽ luôn có những vấn đề đột ngột xảy ra và đòi hỏi bạn phải chi tiêu một số tiền lớn. Ốm đau, bệnh tật, tai nạn hay những khoản học phí đầu năm học là những câu chuyện đột ngột như thế.

Chi tiêu thông minh

Trước khi chi tiêu bất cứ khoản gì, hãy cân nhắc xem liệu nó có thực sự quan trọng với bạn không. Hãy phân tích về tác động mà nó đem lại cho cuộc sống thường ngày, việc học hoặc sự nghiệp tương lai của bạn. Bên cạnh đó, hãy luôn tiết kiệm trong chi tiêu khi bạn có thể. Mua hàng giảm giá, mua các sản phẩm đã qua sử dụng hay tìm kiếm thông tin về nhiều nhà cung cấp khác nhau trước khi mua hàng là những cách giúp bạn tiết kiệm.

Một lời khuyên khác đó là bạn nên học cách sử dụng thẻ ngân hàng như một cách quản lý tài chính cá nhân. Các nghiên cứu về hành vi người tiêu dùng đã chỉ ra rằng việc bạn cầm tiền mặt sẽ thúc đẩy bạn chi tiêu nhiều hơn mức dự kiến. Bản thân tôi luôn giữ trong mình ít nhất ba thẻ ngân hàng, một thẻ ngân hàng địa phương tại Đức, một thẻ ngân hàng quốc tế của Việt Nam và một thẻ tín dụng đứng tên người thân để phòng trường hợp hai chiếc thẻ kia không còn tiền.

Cho tiền vào các tài khoản ngân hàng là một cách tuyệt vời giúp bạn bảo vệ tài sản của mình khi ở trong nước hoặc đi du lịch nước ngoài. Với cách mạng công nghiệp 4.0 đang phát triển mạnh mẽ ở Việt Nam, giờ đây bạn đã có thể thanh toán bằng thẻ ngân hàng ở rất nhiều điểm dịch vụ, như nhà hàng, rạp chiếu phim, siêu thị hay trên xe taxi. Trong chuyến thăm đến Việt Nam tháng 11/2017, tỷ phú người Trung Quốc Jack Ma – sáng lập tập đoàn bán lẻ Alibaba – thậm chí còn nhận định: “Xã hội không tiền mặt đang đến rất gần”. Tuy nhiên, đừng quên mang trong mình một ít tiền mặt khi ra khỏi nhà nhé, vì sẽ luôn có những địa điểm không

chấp nhận thanh toán bằng thẻ.

Ngoài ra, nếu bạn đã dành dụm được một số tiền nhất định và không muốn nó mất giá trị dần qua thời gian, bạn có thể nghĩ đến việc đầu tư. Có những kênh đầu tư được coi là an toàn như gửi tiết kiệm với lãi suất, có những kênh đầu tư mạo hiểm hơn như vàng và ngoại tệ. Dù bạn chọn hình thức đầu tư nào, hãy tìm hiểu kỹ về nó, hỏi ý kiến của người thân và các chuyên gia trước khi bắt đầu.

Tin học văn phòng

Ngày nay, thật khó để chúng ta có thể nêu tên một công việc trí óc mà không cần sự trợ giúp của công nghệ thông tin. Thành thạo công nghệ thông tin, bao gồm tin học văn phòng, không những là một kỹ năng quan trọng, mà nó còn là một yêu cầu đầu vào của rất nhiều doanh nghiệp. Điều này có nghĩa, thay vì bỏ tiền ra đào tạo bạn, rất nhiều doanh nghiệp sẽ kỳ vọng bạn làm chủ được các phần mềm tin học văn phòng trước khi làm việc cho họ. Đây là một điều mà mọi sinh viên đại học cần để tâm tới.

Nếu trường đại học hoặc trường phổ thông của bạn đang dạy những môn tin học văn phòng, hãy thật coi trọng những môn học đó và dành thời gian để học chúng một cách nghiêm túc. Nếu không, bạn vẫn có nhiều cách để trau dồi kiến thức tin học văn phòng của mình. Các video hướng dẫn trên YouTube, các khóa học trực tuyến, các khóa đào tạo offline tại những trung tâm tin học hay học hỏi từ những người đi trước như cha mẹ, anh chị khóa trên và những nhân viên văn phòng mà bạn quen biết là những lựa chọn cho bạn.

Bản thân tôi nhận thấy độ tuổi 20 là thời gian thích hợp nhất để bạn phát triển những kỹ năng tin học văn phòng cơ bản sau đây:

• Microsoft Office: Những phần mềm Office quan trọng nhất đó là Word, Excel, Powerpoint, OneNote và Outlook. Nếu có thời gian, bạn cũng nên tìm hiểu về Access, Project, Publisher và Visio.

• Email: Nhận và gửi email, đính kèm văn bản trong email và tạo chữ ký điện tử.

• Cách sử dụng những công cụ tin học văn phòng phổ biến: Máy in, máy phôtô và máy scan.

• Cách sửa chữa cơ bản những thiết bị điện tử: Laptop, máy tính để bàn và máy in.

• Những phần mềm chuyên môn: Nếu bạn ước mơ làm việc cho một công ty lập trình, hãy thành thạo các phần mềm lập trình phổ biến. Nếu ước mơ của bạn là trở thành một nhiếp ảnh gia, hãy dành thời gian để làm chủ những phần mềm chỉnh sửa ảnh.

Thuyết trình và nói trước đám đông

Mấy ai biết rằng trước đây tôi từng là một học sinh rất nhút nhát. Tôi ngại tham gia vào các hoạt động ngoại khóa của lớp, càng không dám đứng trước đám đông để phát biểu điều gì đó. Mọi chuyện chỉ thay đổi khi tôi tham gia vào một khóa đào tạo kỹ năng sống cho học sinh trung học cơ sở và trung học phổ thông. Ở đây tôi đã được học cách làm thế nào để vượt qua nỗi sợ hãi của bản thân và tự tin thể hiện quan điểm trước chốn đông người.

Thuyết trình là một kỹ năng quan trọng cho công việc mai sau của bạn. Bạn sẽ phải thuyết trình trước khách hàng, trước đối tác, trước sếp hoặc trước chính đồng nghiệp của mình. Ở quy mô nhỏ, bạn cũng sẽ cần phải tự tin nói trước đám đông ở những buổi tiệc và liên hoan với bạn bè. Nếu bạn gặp khó khăn trong việc thuyết trình trước công chúng, thì đừng quá lo lắng vì bạn không phải là người duy nhất.

Hãy bắt đầu bằng những buổi thuyết trình nhỏ

Không có nhà diễn thuyết chuyên nghiệp nào bắt đầu sự nghiệp của họ với những bài phát biểu trước hàng nghìn người. Để cải thiện kỹ năng thuyết trình của bạn, hãy bắt đầu luyện tập với những đám đông quy mô nhỏ. Bản thân tôi bắt đầu quá trình cải thiện kỹ năng thuyết trình bằng cách đứng ra tổ chức các hoạt động ngoại khóa cho lớp, rồi xung phong làm lớp trưởng. Những cơ hội này tưởng chừng không đáng kể nhưng sẽ giúp bạn tự tin khi phải đứng trên sân khấu và có hàng trăm con mắt nhìn về phía bạn.

Sau khi đã tự tin trước các sân khấu quy mô nhỏ, tôi dần dần thử sức mình với các thử thách thuyết trình ở quy mô lớn hơn, thời lượng dài hơn và chủ đề khó hơn. Tôi dẫn dắt các buổi hội thảo du học với sự tham gia của khoảng 30 phụ huynh và học sinh, thuyết trình về cách thức vượt qua rào cản văn hóa trước 200 em học sinh, rồi truyền cảm hứng học tập và sáng tạo cho hơn 800 em học sinh của một trường trung học cơ sở. Gần đây nhất, tôi là diễn giả cho ba buổi hội thảo về các vấn đề toàn cầu của trường trung học phổ thông FPT, diễn thuyết trước tổng cộng hơn 800 em học sinh của ba khối.

Sự chuẩn bị về kiến thức và nội dung

Cách thức tốt nhất để vượt qua nỗi sợ hãi khi nói trước đám đông là chuẩn bị sẵn sàng về mặt nội dung. Trừ khi bạn sẽ đọc một bài diễn văn được viết trên giấy, tôi khuyên bạn nên dành nhiều thời gian đầu tư cho bài thuyết trình của mình. Nếu bạn thuyết trình về kinh nghiệm du học, hãy làm phong phú bài thuyết trình bằng cách thêm vào đó kinh nghiệm của du học sinh Việt Nam tại nhiều quốc gia. Nếu bạn thuyết trình trước nhà tài trợ để xin kinh phí thực hiện một dự án, hãy chắc chắn rằng bạn tìm hiểu kỹ về văn hóa làm việc và những định hướng tương lai của công ty đó.

Ngoài ra, bài thuyết trình bằng PowerPoint truyền thống không phải là sự lựa chọn thích hợp cho mọi đối tượng khán giả. Nếu bạn thuyết trình trước một công ty khởi nghiệp hoặc những người bận rộn, đôi khi chỉ cần một vài tấm hình và số liệu thống kê là đủ.

Sự tự tin

Trước ngày thuyết trình, bạn nên tập luyện nói trước gương hoặc trước người thân nhiều lần. Bạn có thể để bên cạnh một tờ giấy có ghi ý chính để tránh việc quên những thông tin quan trọng. Hãy ước lượng xem bài thuyết trình của bạn dài bao lâu, có cần cắt bớt chỗ nào hay thêm nội dung gì không. Càng luyện tập nhiều, bạn sẽ càng tự tin trong ngày thuyết trình. Bên cạnh đó, ngủ đủ giấc và uống nước trong buổi thuyết trình cũng là hai nhân tố làm tăng sự tự tin.

Những bí quyết giúp một bài thuyết trình thành công

• Hạn chế chèn nhiều chữ vào bài thuyết trình: Video, ảnh, thông tin dạng biểu đồ và những lời giải thích từ bạn sẽ dễ gây sự chú ý hơn. Điều này đặc biệt quan trọng với những căn phòng lớn – khả năng là khán giả cuối phòng sẽ rất khó đọc chữ được hiển thị trên màn hình trình chiếu.

• Chú ý cách xưng hô: Hãy cân nhắc cách xưng hô tùy thuộc vào bối cảnh thuyết trình (trang trọng hay thân mật) và đối tượng khán giả. Trong phần lớn các buổi thuyết trình của mình, tôi đều xưng hô với khán giả là tôi – các bạn hoặc anh – các em. Xưng hô trang trọng trong những bối cảnh thân mật sẽ tạo khoảng cách với khán giả, trong khi điều ngược lại có thể làm giảm uy tín của bạn.

• Luôn luôn tương tác với khán giả: Hỏi khán giả các câu hỏi, duy

trì tương tác bằng mắt hay tổ chức các trò chơi là những cách để tương tác với khán giả. Họ đã dành thời gian ngồi nghe bạn nói, vì vậy hãy giúp họ thu nạp được kiến thức mới hoặc ít nhất cảm thấy thú vị với những gì bạn đang trình bày.

• Học hỏi kinh nghiệm từ những bài thuyết trình thành công: Bạn có thể theo dõi các TED Talks, các buổi giới thiệu sản phẩm của những công ty nổi tiếng thế giới như Apple, hoặc các buổi đối thoại chính trị để học hỏi kinh nghiệm về cách thuyết trình hiệu quả và tương tác với khán giả.

Tư duy phản biện

Trang web chuyên về tâm lý học của trường Đại học Hồng Kông (Trung Quốc) nhận định tư duy phản biện là khả năng suy nghĩ một cách rõ ràng và sáng suốt về một sự việc nào đó. Một người tư duy phản biện giỏi là một người có thể:

• Thấu hiểu được sự kết nối giữa các ý tưởng

• Nhận diện, xây dựng và đánh giá các ý kiến

• Phát hiện ra những lỗi sai trong tư duy

• Giải quyết những vấn đề một cách hệ thống

• Đánh giá sự thích hợp và quan trọng của các ý tưởng

• Suy nghĩ thấu đáo về quan điểm của người khác

Đây là một danh sách dài và khá phức tạp. Đối với những người ở độ tuổi 20, theo tôi cách giải thích dễ hiểu nhất về tư duy phản biện đó là nhìn nhận một vấn đề hoặc xu hướng từ nhiều phía khác nhau. Đó có thể là đánh giá cả mặt lợi và mặt hại của một xu hướng xã hội hoặc tìm kiếm bằng chứng khoa học trước khi tin một thông tin nào đó. Về cơ bản, tư duy phản biện giống như việc bạn không tin ngay những gì mà mình nhìn thấy. Thay vào đó, bạn đánh giá câu chuyện hoặc sự vật từ nhiều phía, lắng nghe nhiều quan điểm đa chiều hoặc tìm kiếm nhiều nguồn thông tin xác đáng.

Tư duy phản biện là cần thiết cho cả cuộc sống hàng ngày, việc học và sự nghiệp mai sau. Trong cuộc sống, tư duy phản biện là cần thiết mỗi khi bạn đưa ra một quyết định, ví dụ như khi mua hàng (bạn cần xem xét nhiều nhà cung cấp khác nhau, cân nhắc sự khác biệt về giá cả, chất lượng, hạn sử dụng). Còn khi học đến

trình độ đại học, chắc hẳn bạn sẽ nhận ra rằng sẽ có rất nhiều bài tập không có đáp án đúng hoặc sai. Bạn cần vận dụng tư duy phản biện, sự sáng tạo và nhìn nhận vấn đề từ nhiều phía để đưa ra đáp án của riêng mình.

Các nhà tuyển dụng cũng đang rất cần những ứng viên có tư duy phản biện. Những ứng viên này sẽ có khả năng đánh giá nhiều kế hoạch kinh doanh khả thi trước khi đưa ra lựa chọn cuối cùng. Họ cũng có khả năng tư duy độc lập và không bị ảnh hưởng bởi số đông.

Để phát triển khả năng tư duy phản biện, hãy bắt đầu bằng những việc nhỏ nhất. Đừng hoàn toàn tin tưởng những gì bạn nhìn thấy – Nếu thông tin được đăng từ trang mạng xã hội của một người nổi tiếng, chưa hẳn đó đã là một thông tin đáng tin cậy. Hãy kiểm tra những trang báo chí chính thống hoặc những trang mạng xã hội nổi tiếng khác trước khi đưa ra nhận định cuối cùng.

Các mô hình như MUN (Model United Nations – Mô phỏng Liên hợp Quốc), cuộc thi hùng biện hay mô phỏng tòa án được tổ chức tại rất nhiều trường học, trên quy mô thành phố và quốc gia. Đây là những sự kiện rất đáng tham gia nếu như bạn muốn rèn luyện kỹ năng phân tích đa chiều và tư duy phản biện.

Giải quyết vấn đề

Giải quyết vấn đề có lẽ là kỹ năng cần thiết cho mọi độ tuổi và ở mọi môi trường. Vấn đề có thể nhỏ và mang tính cá nhân, ví dụ những hỏng hóc trong ngôi nhà bạn. Nó cũng có thể có tác động lớn hơn, ví dụ một dự án đứng trước nguy cơ dừng lại vì thiếu nguồn vốn. Dù vấn đề đó có quy mô thế nào, nó cần được giải quyết.

Chính vì quy mô quá rộng của kỹ năng giải quyết vấn đề, nên tôi chỉ xin tập trung phân tích một khía cạnh rất quan trọng để làm chủ kỹ năng này: Thay đổi thái độ. Nếu bạn thay đổi thái độ trước một vấn đề tiêu cực thành một thái độ tích cực, nhiệm vụ giải quyết vấn đề sẽ trở nên dễ dàng hơn rất nhiều. Hãy cùng lấy một số ví dụ nhé:

• Trời hôm nay mưa và tôi không thể đi chơi (tiêu cực) => Đây là cơ hội để tôi ở nhà đọc sách và tích lũy kiến thức (tích cực).

• Trường đại học mơ ước bên Mỹ từ chối đơn xin học của tôi (tiêu cực) => Đây là cơ hội để tôi tìm kiếm các trường đại học khác bên Mỹ hoặc châu Âu (tích cực).

• Sếp của tôi la mắng vì tôi không hoàn thành công việc đúng thời hạn (tiêu cực) => Đây là cơ hội để tôi nhận ra khiếm khuyết của bản thân và cải thiện ở những lần công tác sau (tích cực).

• Một thành viên trong nhóm bị ốm và không thể tiếp tục tham gia dự án (tiêu cực) => Đây là cơ hội để tôi hoặc một thành viên trong nhóm thử sức với một lĩnh vực mới (tích cực).

Nhạc sĩ người Mỹ Duke Ellington thậm chí còn ví von: "Một vấn đề chính là cơ hội để bạn thể hiện hết khả năng của mình."

Tổng kết hành trang 5

Trước khi chi tiêu bất cứ khoản gì, hãy cân nhắc xem liệu nó có thực sự quan trọng với bạn không.

Để quản lý thời gian hiệu quả, bạn cần lên kế hoạch cho các mục tiêu ngắn hạn, trung hạn và dài hạn.

Để cải thiện kỹ năng thuyết trình của bạn, hãy bắt đầu luyện tập với những đám đông quy mô nhỏ.

Nếu bạn thay đổi thái độ trước một vấn đề tiêu cực thành một thái độ tích cực, nhiệm vụ giải quyết vấn đề sẽ trở nên dễ dàng hơn rất nhiều.

Phần hai
LÀM VIỆC HẾT MÌNH

"Hãy làm việc như thể bạn không cần tiền. Hãy yêu như thể bạn chưa từng đau. Và hãy nhảy như thể không có ai đang nhìn bạn."

Satchel Paige

Nếu tuổi 20 của bạn trôi qua mà bạn vẫn chưa trải qua một công việc nào, dù nó có kiếm ra tiền hay không, thì tôi nghĩ bạn đã lãng phí một phần của tuổi trẻ. Làm việc không những là cách để bạn áp dụng thực tiễn những kiến thức ở trường, mà còn giúp bạn mở rộng các mối quan hệ xã hội và học hỏi từ những chuyên gia trong ngành. Các tỷ phú nổi tiếng thế giới như Bill Gates, Warren Buffett, Jack Ma và Jeff Bezos đều bắt đầu đi làm từ rất sớm và đã trải qua rất nhiều công việc khác nhau ở những vị trí khác nhau.

Nhiều doanh nhân trẻ thành công, khi nhìn lại chặng đường mình đã đi qua, nhận định rằng chỉ có hai nơi bạn được phép mắc sai lầm: Gia đình và quãng đời tuổi trẻ. Gia đình, nơi đồng hành với bạn từ những ngày thơ ấu, dĩ nhiên sẽ dễ dàng bỏ qua những lỗi lầm của bạn. Còn khi bạn trẻ và thiếu kinh nghiệm, người ta cũng có thể tha thứ những sai lầm của bạn. Nhưng khi bạn đã trưởng thành hoặc có tên tuổi trong lĩnh vực của mình, một sai lầm có thể ảnh hưởng tiêu cực đến danh tiếng của bạn cũng như công việc của nhiều người xung quanh.

Vì vậy, nếu bạn còn trẻ, hãy dấn thân và làm những công việc mình mơ ước. Hãy tiến lên, đừng sợ sai.

Hành trang 6
Biến sở thích thành công việc

Những công việc đầu tiên của tôi bắt đầu từ khá sớm, khi tôi còn là học sinh cấp hai. Hồi đó bộ môn tôi yêu thích là ảo thuật. Tôi bị lôi cuốn bởi cách mà những ảo thuật gia làm biến mất đồ vật hoặc tiên tri những điều không tưởng. Từ đó, tôi lên mạng mày mò cách sử dụng những đạo cụ ảo thuật cơ bản. Tôi biểu diễn ảo thuật trên những sân khấu nhỏ, buôn bán đạo cụ ảo thuật và thậm chí còn mở lớp dạy ảo thuật cho những em nhỏ hàng xóm. Tôi đã nghĩ ra đủ mọi cách để có thể vừa kiếm tiền vừa thỏa mãn sở thích của bản thân.

Lên cấp ba, công việc mà tôi thử sức đầu tiên chính là dạy học. Tôi say mê công việc truyền tải kiến thức và cảm thấy thật hạnh phúc khi thấy được sự tiến bộ từ những học sinh của mình. Những lớp học ban đầu của tôi chỉ có quy mô hai đến ba em học sinh, mà phần lớn là những đứa trẻ hàng xóm và em họ. Hồi đó tôi cũng chưa nghĩ đến việc sẽ dạy một môn khó như IELTS. Tôi chỉ dạy Toán, Văn và Anh theo chương trình phổ thông. Mặc dù tiền thù lao không nhiều, nhưng mỗi khi được chuẩn bị tài liệu, được chấm bài của học sinh, tôi lại có một cảm giác hạnh phúc đến lạ thường.

Xác định sở thích và đam mê cá nhân

Để xác định đam mê của bản thân, bạn hãy thử đặt ra cho mình những câu hỏi như:

- Bạn thường xuyên làm gì mỗi ngày?
- Bạn làm gì mà không chán?
- Bạn có thể tập trung nhiều giờ liền vào việc gì?

• Bạn sẵn sàng làm việc gì mà không cần trả lương?

• Bạn đã có chứng chỉ hoặc giải thưởng ở lĩnh vực nào?

Đối với tôi, thì hai đam mê lớn nhất ở thời điểm hiện tại đó chính là dạy học và viết. Tôi có thể sử dụng hai đam mê này làm câu trả lời cho tất cả các câu hỏi ở trên:

• Tôi viết mỗi ngày: Viết báo, viết sách, soạn thảo tài liệu cho học sinh và cập nhật website học IELTS cá nhân.

• Tôi chưa bao giờ thấy việc viết lách là chán: Mỗi khi thể hiện được cảm xúc của bản thân bằng những con chữ, tôi thấy rất vui.

• Tôi có thể viết liên tục trong nhiều giờ liền: Miễn là tôi có một chiếc laptop và một nơi yên tĩnh.

• Tôi sẵn sàng dạy học mà không cần lương: Miễn sao tôi có đủ khả năng dạy lĩnh vực đó và có đủ thời gian để đồng hành với học sinh của mình.

• Tôi đã viết bốn cuốn sách về IELTS, hơn 500 bài báo về khoa học và công nghệ, có kinh nghiệm giảng dạy IELTS trực tuyến, tiếng Anh phổ thông và tiếng Anh doanh nghiệp.

Các bài trắc nghiệm tính cách

Các bài trắc nghiệm tính cách là một phương pháp khác giúp bạn xác định đam mê của bản thân, từ đó định hướng công việc phù hợp. Phần lớn các bài trắc nghiệm tính cách trên Internet hiện nay đều miễn phí và cung cấp những phân tích tính cách dựa trên cơ sở khoa học. Từ kết quả phân tích này, bạn có thể thu nhỏ lại danh sách công việc phù hợp. Ví dụ, nếu kết quả các bài trắc nghiệm cho thấy bạn là người hướng ngoại, thì những công việc như tổ chức sự kiện hay bán hàng có thể là sự lựa chọn lý tưởng cho bạn. Ngược lại, nếu kết quả cho thấy bạn là người có khả năng tập trung cao, thì bạn nên cân nhắc tham gia những công việc như nghiên cứu sản phẩm, lập trình viên hoặc viết báo.

Dưới đây là một số các bài trắc nghiệm tính cách nổi tiếng mà bạn có thể tham khảo. Hãy trả lời một cách thật thà để có được kết quả phân tích chính xác nhất:

• Out of Service: https://www.outofservice.com/bigfive/

• Personality Type A/B: http://www.psych.uncc.edu/pagoolka/

TypeA-B-intro.html

• Enneagram Test: http://similarminds.com/test.html

• 16 Personalities: https://www.16personalities.com/free-personality-test

• Sociopath Test: http://www.sociopathtest.net/

• Hexaco Personality Inventory: http://hexaco.org/questionnaire_consent

• Career Test: https://www.careertest.net/index.html

• SAPA Project Personality Assessment: https://sapa-project.org/survey/start.php

• Emotional Intelligence Test: http://greatergood.berkeley.edu/ei_quiz/

• Cattell's 16 Personality Factors: http://personality-testing.info/tests/16PF.php

Xác định rõ các mục tiêu khi làm việc

Khi đã định hướng được công việc lý tưởng, bước tiếp theo bạn cần làm đó là xác định rõ các mục tiêu làm việc. Các mục tiêu này sẽ trở thành động lực giúp bạn vượt qua mọi thử thách của công việc.

Kiếm tiền có nên là mục tiêu quan trọng nhất?

Nếu bạn đang ở độ tuổi 30, đã lập gia đình và chuẩn bị có con, thì tôi tin rằng kiếm tiền nên là một trong những mục tiêu hàng đầu khi bạn tìm kiếm cơ hội việc làm. Nhưng ở độ tuổi 20s, lương bổng không nên trở thành mục tiêu quan trọng nhất của bạn. Thực tế, phần lớn những người ở độ tuổi này còn thiếu kinh nghiệm làm việc và khó có thể tìm kiếm được công việc lương cao. Mặt khác, nếu bạn chỉ chăm chú kiếm tiền, bạn đã bỏ lỡ rất nhiều cơ hội khác để phát triển bản thân.

Khi viết xong cuốn sách về IELTS đầu tiên, tôi vẫn còn là một tác giả vô danh, không được ai biết tới. Mục tiêu viết sách lúc đó của tôi không phải là kiếm tiền, cũng không phải để nổi tiếng, mà là để truyền tải cho các thí sinh khác những kinh nghiệm tôi có được từ quá trình ôn thi IELTS. Quá trình gửi bản thảo đến các công ty

sách và nhà xuất bản thật khó khăn. Tôi đã gửi bản thảo cho tổng cộng hơn 10 công ty sách, nhà xuất bản và phần lớn họ từ chối hợp tác. Chỉ có duy nhất một công ty sách tư nhân có trụ sở ở Hà Nội chấp nhận hợp tác với tôi. Mọi chuyện diễn ra thật êm đẹp khi hợp đồng được ký và bản thảo của tôi bắt đầu được chỉnh sửa. Bỗng nhiên một ngày công ty sách đó đơn phương chấm dứt hợp đồng vì lý do tất cả các biên tập viên mảng ngoại ngữ đã nghỉ việc (điều mà tôi không bao giờ tin là sự thật). Tôi đã xuống tinh thần rất nhiều. Nếu khi đó tôi không có một mục tiêu rõ ràng, tôi đã sớm bỏ cuộc và để bản thảo chìm vào trong quên lãng. Chỉ còn một tháng nữa là quay trở lại Anh, tôi quyết tâm phải tìm bằng được một công ty sách khác, gửi bản thảo và thuyết phục họ ký hợp đồng hợp tác – tất cả phải làm trong một tháng. Quả là ông trời không phụ lòng người có công, một công ty sách tư nhân khác đã nhận lời mời hợp tác của tôi và chúng tôi đã cùng nhau xuất bản hai cuốn sách IELTS ra thị trường với tổng cộng 6,000 bản trên toàn quốc.

Phát triển các mối quan hệ xã hội

Đi làm là cơ hội tuyệt vời để bạn làm quen với những người trẻ có cùng đam mê và những chuyên gia trong ngành, cho dù đó có là những công việc thực tập không lương hay những dự án tình nguyện. Một mối quan hệ dù nhỏ hay lớn đều có thể giới thiệu bạn đến những công việc phù hợp trong tương lai. Họ còn là những người có thể hỗ trợ và tư vấn cho bạn mỗi khi gặp khó khăn. Phần III của cuốn sách này sẽ dành hẳn một hành trang để phân tích kỹ năng phát triển các mối quan hệ xã hội – làm thế nào để tìm kiếm, xây dựng, duy trì và phát triển các mối quan hệ.

Phát triển kiến thức chuyên môn

Các nghiên cứu của những nhà tuyển dụng đã chỉ ra rằng chỉ khoảng 10% kiến thức bạn tiếp thu ở đại học sẽ được áp dụng khi bạn đi làm. Con số này dĩ nhiên sẽ giảm đi nhiều nếu bạn làm việc trái với ngành bạn đã học. Chính vì thế, đi làm thêm trong quá trình học đại học là cơ hội tuyệt vời để bạn phát triển kiến thức chuyên môn, làm đẹp CV và chuẩn bị sẵn sàng khi bước vào môi trường làm việc.

Phát triển các kỹ năng mềm mà trường học không dạy bạn

Như tôi đã phân tích ở hành trang 5, trường đại học không dạy bạn những kỹ năng mềm nhưng nhà tuyển dụng lại cần chúng. Điều này có nghĩa, nếu muốn có được công việc mơ ước sau khi ra

trường, bạn cần chủ động tự phát triển các kỹ năng mềm trong quá trình còn là sinh viên. Tất nhiên, bạn có thể tham gia các khóa học kỹ năng sống. Nhưng làm việc lại là một lựa chọn lý tưởng hơn nhiều, bởi lẽ bạn sẽ được hòa mình vào một môi trường làm việc thật sự và học hỏi được những kỹ năng công sở mà chỉ vài năm sau bạn sẽ cần.

Tìm hiểu nhu cầu của nhà tuyển dụng

Sau khi đã xác định được đam mê bản thân và mục đích làm việc, bước tiếp theo đó là tìm hiểu nhu cầu của nhà tuyển dụng. Đừng hy vọng nhà tuyển dụng sẽ chủ động mời bạn về làm việc chỉ vì điểm số cao ở trường đại học của bạn. Hãy chủ động săn tìm họ.

Tìm sự trợ giúp từ các mối quan hệ hiện tại

Hãy hỏi bạn bè, thầy cô, người thân hoặc những đồng nghiệp cũ của bạn xem họ có quen biết ai hoặc công ty nào đang cần tuyển nhân sự không. Có thể họ không có đáp án cho đúng nhu cầu của bạn, nhưng họ lại giới thiệu bạn đến những cơ hội và mối quan hệ khác sẽ giúp ích cho bạn.

Kinh nghiệm của tôi cho thấy những mối quan hệ hiện tại sẽ giúp bạn mở rộng cơ hội rất nhiều. Lần đầu hợp tác với VnExpress, tôi đã viết bài cho mục Số Hóa, chuyên tập trung viết các bài viết về thiết bị di động, phần mềm máy tính và cách thức phòng chống tội phạm mạng. Nhận thấy niềm đam mê và kinh nghiệm dạy tiếng Anh của tôi, chị trưởng ban Số Hóa đã giới thiệu tôi cộng tác với mục Học tiếng Anh của VnExpress. Cho đến ngày hôm nay, mặc dù đã không còn làm việc cho mục Số Hóa, tôi vẫn thường xuyên gửi bài viết về IELTS và tiếng Anh phổ thông cho mục Học tiếng Anh.

Các cơ hội offline

Bạn có thể đăng ký tham gia những ngày hội việc làm do các trường đại học hoặc tổ chức phi lợi nhuận tổ chức. YBox (http://ybox.vn/) là một diễn đàn mà bạn có thể thường xuyên theo dõi để cập nhật thông tin về các buổi hội thảo việc làm, hoặc thậm chí đăng ký việc làm trực tiếp. Những ngày hội việc làm là cơ hội để bạn gặp gỡ những công ty trong lĩnh vực mà mình quan tâm và trực tiếp hỏi họ những thắc mắc của bạn – điều mà bạn rất khó làm qua email hoặc điện thoại.

Bạn cũng có thể theo dõi các trang Facebook hoặc website của những công ty mà mình mơ ước để xem sắp tới họ có sự kiện công

chúng nào không, ví dụ như một buổi giới thiệu sản phẩm. Bằng việc đăng ký tham gia những sự kiện này, bạn sẽ được giao lưu trực tiếp với nhân viên và lãnh đạo của những công ty đó.

Các cơ hội online

Nếu bạn vẫn chưa có một tài khoản LinkedIn, thì tôi khuyên bạn nên dừng việc đọc cuốn sách này lại, truy cập LinkedIn (https://www.linkedin.com/) và tạo một tài khoản ngay hôm nay. LinkedIn là mạng xã hội việc làm phổ biến nhất thế giới và thường được biết đến với cái tên "Facebook for Professionals" – Facebook cho những người chuyên nghiệp. Đây là công cụ giúp bạn tạo lập hồ sơ cá nhân với những thông tin như tiểu sử học vấn, kinh nghiệm làm việc, kỹ năng ngoại ngữ và các dự án đã từng tham gia. Bạn cũng có thể tìm kiếm việc làm dựa trên những tiêu chí tìm kiếm nhất định, liên hệ trực tiếp với các nhà tuyển dụng hoặc gửi CV cho họ một cách trực tiếp thông qua LinkedIn.

Ngoài LinkedIn, thì các website việc làm trong nước như Vietnam Works (https://www.vietnamworks.com/), Career Link (https://www.careerlink.vn/), Career Builder (https://careerbuilder.vn/), 1001 Việc Làm (http://1001vieclam.com/) hay Việc Làm 24h (https://vieclam24h.vn/) là các cổng thông tin việc làm khác mà bạn có thể tham khảo. Nếu bạn đã có ý tưởng về một công ty cụ thể mình muốn làm việc, bạn nên trực tiếp truy cập website của họ và tìm kiếm chuyên mục tuyển dụng.

Khi tìm kiếm việc làm, ngoài việc không nên quá chú trọng vào lương bổng, bạn cũng nên học cách trở nên linh hoạt và chấp nhận những cơ hội việc làm không phù hợp 100% với những tiêu chí bạn đã đề ra. Có thể bạn mơ ước được làm việc cho Kênh 14, nhưng lại nhận được lời mời từ một tờ báo online mới ra đời và chưa có tiếng tăm trên thị trường. Hãy cân nhắc xem tờ báo đó có cơ hội phát triển trong tương lai hay không và bạn có thể đóng góp gì cho nó. Gắn bó với một công ty nhỏ từ những ngày đầu, nhưng giúp nó xây dựng thành một công ty lớn, sẽ giúp bạn học được nhiều điều hơn việc gia nhập một công ty lớn, nhưng không có đóng góp gì đáng kể cho nó.

Một ví dụ điển hình cho việc lựa chọn các công ty nhỏ và ít tiếng tăm để gia nhập chính là Sheryl Sandberg, hiện là Giám đốc điều hành (COO) của Facebook. Với tấm bằng từ trường Đại học Harvard, Sandberg đã có nhiều năm kinh nghiệm làm việc tại công ty tư vấn quản trị hàng đầu thế giới McKinsey & Company và Bộ Ngân khố của chính phủ Mỹ. Nhiều người đã phản đối kịch liệt

khi bà gia nhập Google năm 2001, khi mà Google vẫn chỉ là một start-up không ai biết đến và thậm chí còn không có nổi một văn phòng làm việc tử tế. Sau gần bảy năm gắn bó với tư cách lãnh đạo nhóm vận hành và bán hàng trực tuyến toàn cầu, bà đã giúp Google vươn lên trở thành công cụ tìm kiếm hàng đầu thế giới với hơn 20,000 nhân viên.

Cũng với lý do nhận ra tiềm năng to lớn của các công ty khởi nghiệp, Sandberg đã rời Google để gia nhập Facebook vào năm 2008 với chức vụ Giám đốc điều hành. Với chiến lược tập trung vào quảng cáo trực tuyến để sản sinh lợi nhuận, bà đã giúp Facebook vươn lên trở thành trang mạng xã hội nhiều người dùng nhất thế giới. Hiện giờ, bà là thành viên hội đồng quản trị của Facebook, có khối tài sản hơn 1,6 tỷ đô la Mỹ và đã từng được tờ Time công nhận là một trong 100 người có ảnh hưởng nhất thế giới vào năm 2012.

Nếu Sandberg vẫn tiếp tục công việc ở Bộ Ngân khố Mỹ, chắc hẳn chúng ta đã không có được một Facebook với nhiều tính năng tiện lợi như ngày nay.

Tổng kết hành trang 6

Để xác định đam mê của bản thân, bạn hãy thử đặt ra cho mình những câu hỏi như: Bạn thường xuyên làm gì mỗi ngày? Bạn sẵn sàng làm việc gì mà không cần trả lương?

Các bài trắc nghiệm tính cách là một phương pháp khác giúp bạn xác định đam mê của bản thân, từ đó định hướng công việc phù hợp.

Ở độ tuổi 20s, lương bổng không nên trở thành mục tiêu quan trọng nhất của bạn.

Đi làm thêm trong quá trình học đại học là cơ hội tuyệt vời để bạn phát triển kiến thức chuyên môn, làm đẹp CV và chuẩn bị sẵn sàng khi bước vào môi trường làm việc.

Đừng hy vọng nhà tuyển dụng sẽ chủ động mời bạn về làm việc chỉ vì điểm số cao ở trường đại học của bạn. Hãy chủ động săn tìm họ.

Khi tìm kiếm việc làm, bạn cũng nên học cách trở nên linh hoạt và chấp nhận những cơ hội việc làm không phù hợp 100% với những tiêu chí bạn đã đề ra.

Hành trang 7
Chuẩn bị sẵn sàng cho các cơ hội

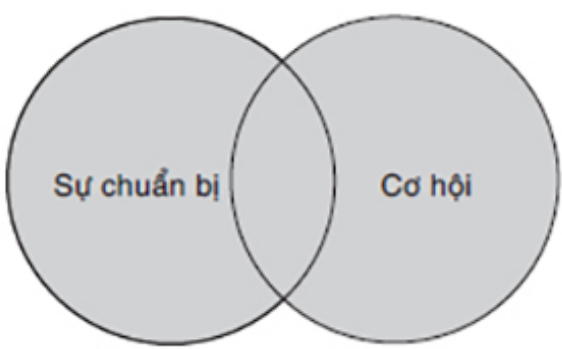
Như tôi đã phân tích ở hành trang 6, các cơ hội luôn ở quanh bạn và được chia sẻ đều cho mỗi người chúng ta. Điều này đi ngược lại với niềm tin của nhiều bạn trẻ rằng hoàn cảnh gia đình khiến nhiều người sinh ra đã có sẵn nhiều cơ hội hơn người khác. Mặc dù luôn tồn tại xung quanh chúng ta, nhưng cơ hội lại như một cô gái đẹp vậy – bạn phải chủ động tìm kiếm, tìm cách nắm bắt và chinh phục. Nếu không, cô gái đẹp đó sẽ bỏ bạn mà đi.

Hãy thử nhớ lại những người bạn cấp hai hoặc cấp ba của bạn. Chắc hẳn giờ đây sẽ có những người học rất giỏi, nhưng cũng có những người học kém. Sẽ có những bạn đi làm thêm kiếm tiền, nhưng cũng có những bạn vẫn phụ thuộc hoàn toàn vào bố mẹ và không biết cách sống tự lập. Tại sao lại xảy ra sự khác biệt này khi mà các bạn từng ngồi chung dưới một mái trường, học các môn giống nhau và được dạy bởi những người thầy cô giống nhau? Câu trả lời khá rõ ràng phải không nào. Nó nằm ở cách chúng ta tìm kiếm và chuẩn bị sẵn sàng cho các cơ hội.

Tôi bắt đầu sự nghiệp viết chuyên nghiệp bằng việc viết bài cho một diễn đàn về tin học – công nghệ. Các bài viết của tôi chủ yếu xoay quanh thiết bị di động, phần mềm máy tính, phòng chống tội phạm mạng và cập nhật những đột phá của giới công nghệ. Hồi đó, anh quản lý của diễn đàn gợi ý tôi liên hệ hợp tác với VnExpress, báo tiếng Việt nhiều người xem nhất. Ban đầu tôi khá e ngại vì đối với tôi, được hợp tác với một tờ báo lớn như VnExpress vẫn còn là một điều quá xa vời. Sau thời gian cân nhắc, tôi quyết định phải thử sức với cơ hội này. Tôi gửi một bài viết phân tích về mạng xã hội cho mục "Góc nhìn" của VnExpress. Bài viết không được đăng, nhưng tôi may mắn được giới thiệu đến chị trưởng ban Số Hóa của VnExpress. Từ đó, tôi bắt đầu quá trình viết bài cho trang báo nhiều người đọc nhất Việt Nam.

Sau khi xuất bản thành công hai cuốn sách IELTS đầu tay với 6,000 bản phát hành toàn quốc, tôi đã lên kế hoạch cho việc viết cuốn sách IELTS thứ ba tập trung vào phần Reading (đọc). Lần này, tôi lấy hết can đảm để gửi bản thảo cho Alpha Books. Cũng như VnExpress là thương hiệu dẫn đầu trong lĩnh vực báo chí, thì Alpha Books là doanh nghiệp hàng đầu Việt Nam trong lĩnh vực xuất bản sách. Sau thời gian chờ đợi vài tuần, cuối cùng tôi cũng nhận được hồi âm từ Alpha Books. Thật không may, công ty đã từ chối xuất bản cuốn sách về IELTS Reading của tôi với lý do nội dung của nó quá tập trung vào một mảng kỹ năng và vì thế sẽ khó bán khi xuất bản. Tuy nhiên, Alpha Books đã "đặt hàng" tôi viết một cuốn sách về cả bốn kỹ năng của IELTS, để từ đó mở rộng đối tượng độc giả tiềm năng. Tôi nhận lời và cuốn sách "Những phương pháp tự học IELTS hiệu quả" cũng ra đời từ đó. Còn cuốn sách về IELTS Reading kia được tôi tặng miễn phí cho các học sinh và người dùng của website IELTS With Mr Duc. Cuốn sách nhận được những phản hồi rất tích cực, ngoài mong đợi của tôi. Bạn thấy đấy, cơ hội luôn ở xung quanh và san sẻ đều cho mỗi chúng ta, điều quan trọng là chúng ta có dám xông pha tìm kiếm và chinh phục nó hay không.

Vận động viên thể thao người Mỹ Bobby Unser đã từng nói: "Thành công là khi sự chuẩn bị và cơ hội gặp nhau". Nếu thiếu sự chuẩn bị sẵn sàng, thì kể cả khi bạn nhìn thấy cơ hội, bạn cũng rất khó nắm bắt và sử dụng nó một cách hiệu quả. Câu nói này có thể được thể hiện bằng sơ đồ Venn dưới đây. Phần giao nhau giữa hình tròn "Sự chuẩn bị" và "Cơ hội" chính là thành công. Hành trang này sẽ hướng dẫn bạn cách chuẩn bị sẵn sàng cho các cơ hội việc làm mà bạn vẫn hằng mơ ước. Nó sẽ vận dụng rất nhiều kỹ năng mà chúng ta đã thảo luận ở phần I – Học để phát triển bản thân.



Trau chuốt tấm CV của bạn

Chắc hẳn CV không còn là một khái niệm xa lạ với các bạn trẻ. Viết tắt của cụm từ tiếng Anh "Curriculum Vitae", CV là một bản tóm tắt quá trình học tập và làm việc của một người. Một cụm từ tương ứng cho CV trong tiếng Việt chính là "Sơ yếu lý lịch". Trong bộ hồ sơ xin việc, ngoài thư xin việc, thư giới thiệu và các chứng chỉ chuyên môn, thì CV là một tài liệu không thể thiếu.

Một nghiên cứu được thực hiện bởi The Ladders cho thấy trung bình, nhà tuyển dụng chỉ dành duy nhất sáu giây để xem một bản CV của ứng viên. Điều đó có nghĩa, bạn sẽ phải tìm cách làm CV của mình tỏa sáng trong sáu giây đó, để họ có thể dành nhiều thời gian hơn cho CV của bạn – cách thức duy nhất để bạn có cơ hội được nhận việc.

Nghiên cứu của The Ladders cũng chỉ ra rằng nhà tuyển dụng sẽ dành khoảng 80% thời gian của họ để tập trung vào sáu phần dưới đây của một CV:

- Tên
- Công việc và vị trí hiện tại
- Công việc và vị trí trước đây
- Thời gian bắt đầu và kết thúc của các vị trí trước đây
- Thời gian bắt đầu và kết thúc của các vị trí hiện tại
- Tiểu sử học vấn

Vậy để có thể sở hữu một tấm CV đủ hấp dẫn nhà tuyển dụng và níu chân họ nhiều hơn sáu giây, bạn cần làm gì?

Tìm hiểu nhà tuyển dụng

Bạn cần hiểu rõ nhà tuyển dụng của mình là một tập đoàn lớn của nhà nước, có cách thức tuyển dụng truyền thống, hay là một công ty khởi nghiệp và có những cách thức tuyển dụng cởi mở. Nếu bạn xin việc ở những công ty nhà nước hoặc tập đoàn lớn, bạn nên cân nhắc thiết kế CV theo phong cách truyền thống. Những mẫu đơn CV như thế này có thể được tìm thấy trên Internet, tại các cửa hàng tạp hóa hoặc trụ sở của công ty bạn muốn làm việc. Nếu bắt buộc phải nộp một CV theo phong cách truyền thống, bạn có thể tìm những cách khác để gây ấn tượng với nhà tuyển dụng, ví dụ thông qua bài phỏng vấn hoặc những chứng chỉ chuyên môn.

Ngược lại, khi có ý định đăng ký làm việc tại các công ty khởi nghiệp, những tập đoàn tư nhân hay những công ty có vốn đầu tư nước ngoài, bạn nên thật sáng tạo trong việc tạo CV để gây ấn tượng với nhà tuyển dụng. Phần lớn những công ty khởi nghiệp và doanh nghiệp tư nhân đều không có những mẫu thiết kế CV bắt buộc mà bạn phải noi theo.

Những thông tin nào cần có trong CV của bạn?

Sau đây là những lời khuyên mà tôi nghĩ sẽ đặc biệt hữu ích cho những bạn trẻ ở độ tuổi hai mươi.

• Thông tin cá nhân và một tiêu đề: Tiêu đề là một câu rất ngắn gọn về bậc học hoặc vị trí công tác hiện tại của bạn.

Ví dụ: Nguyễn Mai Đức – Sinh viên ngành Marketing tại Đại học IUBH (Đức).

• Tiểu sử học vấn: Những trường mà bạn đã từng học, thời gian nhập học và kết thúc với từng trường. Bạn có thể kẻ bảng cho các phần có tính chất liệt kê như thế này.

Ví dụ: Chuyên Lịch sử trường THPT chuyên Nguyễn Huệ (Hà Nội), khóa 2013-2016.

• Thành tích học tập: Có thể là những giải thưởng học sinh giỏi cấp trường, cấp thành phố hoặc cao hơn.

Ví dụ: Giải nhất cuộc thi tiếng Pháp thành phố Hà Nội, tháng 9/2017.

• Thành tích hoạt động ngoại khóa: Những sự kiện tình nguyện, những hoạt động văn nghệ của trường mà bạn đã tham gia, nhiệm vụ cụ thể và đóng góp của bạn.

Ví dụ: Sáng lập viên The Tran Dai Nghia Prom, phát triển gấp đôi số lượng thành viên trong vòng một năm.

• Kinh nghiệm làm việc thực tế: Công ty bạn đã làm việc, thời gian làm việc, vị trí, vai trò của bạn và đóng góp của bạn cho công ty.

Ví dụ: Tháng 3/2017 – Tháng 10/2017: Cộng tác viên tại báo Hoa Học Trò, xuất bản hơn 20 bài báo về du học và khởi nghiệp.

• Kỹ năng ngoại ngữ: Những chứng chỉ ngoại ngữ mà bạn đã có được.

Ví dụ: Bằng B1 tiếng Đức và 7.0 IELTS.

• Những chứng chỉ chuyên môn và kỹ năng mềm khác: Nó có thể là một chứng chỉ tin học hoặc giấy chứng nhận đã tham gia một khóa học lãnh đạo.

Ví dụ: Chứng chỉ Excel do tổ chức giáo dục và đào tạo Apollo Việt Nam cấp.

Những bí kíp cho một tấm CV thành công

Trong cuốn sách "Tôi và Paris: Câu chuyện một dòng sông" của mình, tác giả Hoàng Long đã nhắc đến câu chuyện anh dành rất nhiều thời gian để viết tay CV của bản thân trong quãng thời gian xin việc ở Pháp. Theo tác giả Hoàng Long, việc viết tay sẽ thể hiện sự tận tâm mà bạn dành cho tấm CV của mình cũng như sự tôn trọng dành cho nhà tuyển dụng. Bản thân tôi đánh giá đây là một lời khuyên rất hay mà bạn nên học hỏi, nhất là nếu như bạn có một nét chữ đẹp.

Về mặt thiết kế, một tấm CV hoàn thiện cần đáp ứng đủ các tiêu chí thống nhất, rõ ràng, dễ hiểu và ngắn gọn. Là một nhà tuyển dụng, bạn có muốn đọc một CV với quá nhiều chữ hoặc với quá nhiều phông màu trang trí? Về mặt nội dung, một tấm CV lý tưởng cần cụ thể và chính xác. Sự cụ thể ở đây có nghĩa bạn cần nêu rõ các vị trí bạn đã trải qua, sự đóng góp của bạn hoặc những kỹ năng bạn đã học được trong quá trình làm việc. Điều bạn nên tuyệt đối tránh đó là chỉ đơn thuần liệt kê những hoạt động ngoại khóa hoặc công việc bạn đã trải qua mà không nói rõ bạn đã làm được gì hoặc học được gì từ chúng.

Ngoài ra, bạn cũng nên thật thà khi viết CV. Một nghiên cứu do Hiệp hội Các nhà Quản lý Nguồn nhân lực của Mỹ đã chỉ ra rằng hơn một nửa ứng viên xin việc đã nói dối ít nhất về một thông tin trong CV của họ. Tệ hơn, có nhiều nhân sự cấp cao đã từng phải nghỉ việc sau khi đội ngũ quản lý phát hiện ra sự gian dối trong CV của họ khi xin việc. Với mối quan hệ rộng của mình, nhà tuyển dụng có thể dễ dàng tìm hiểu độ chính xác của các thông tin mà bạn đã trình bày trong CV.

Hãy tải CV của bạn lên những vị trí dễ đọc ở những trang mạng xã hội mà bạn sử dụng và thường xuyên cập nhật CV. Khi tải CV trực tuyến, bạn sẽ mở rộng các cơ hội việc làm mà thậm chí bạn còn chưa nghĩ tới. Bất kỳ ai quan tâm đến bạn cũng có thể dễ dàng tìm hiểu về học vấn và kinh nghiệm làm việc của bạn. Nó cũng là cách

thể hiện sự chuyên nghiệp và cải thiện hình ảnh của bạn trên thế giới mạng. Bản thân tôi gắn đường link đến CV của mình ở tất cả các trang mạng xã hội mà tôi sử dụng cũng như ở phần chữ ký email điện tử. Bên cạnh đó, tôi cũng thường xuyên cập nhật CV của mình mỗi khi chuyển trường hoặc nhận một công việc mới.

Cuối cùng, khi soạn thảo xong CV, hãy nhờ một người có kinh nghiệm đọc và góp ý cho bạn, có thể là giáo viên của bạn, các anh chị khóa trên hoặc chính những đồng nghiệp mà bạn đang làm việc cùng. Hãy đặt những câu hỏi như: Nếu bạn là nhà tuyển dụng, bạn có ấn tượng với CV của tôi không? CV của tôi có điều gì cần cải thiện?

Dưới đây là bản CV bằng tiếng Anh của tôi được soạn thảo tại thời điểm viết cuốn sách này. Hy vọng nó sẽ là một sự tham khảo hữu ích dành cho bạn. Nếu bạn không có ý định đăng ký một công việc cần kinh nghiệm xuất bản, bạn có thể bỏ qua trang thứ ba.

Curriculum Vitae
Mai Duc Nguyen
Undergraduate Student at the IUBH University of Applied Sciences
Author of 4 IELTS Books, IELTS Teacher, Video Producer, Online Writer, Founder of ieltswithmrduc.com

MY CONTACT DETAILS: **Phone:** +49 176 4322 4888 **Email:** mai-duc.nguyen@iubh.de **Facebook:** fb.com/maiduc.nguyen.50 **LinkedIn:** linkedin.com/in/nguyenmaiduc **LANGUAGES I SPEAK:** Vietnamese (Native Language) English (Expert Level) German (Elementary Level) **MY HIGHLIGHTED SKILLS:** *Microsoft Office, Academic Writing, Presentation, Teaching, Public Speaking, Video Production, Social Media Marketing and Website Development*	**MY EDUCATIONAL BACKGROUNDS:** **March 2017 - Current**: Undergraduate Student of International Marketing Management at the IUBH University of Applied Sciences (Germany) **September 2014 - July 2016**: A-level Course at Abbey College Birmingham (UK) **September 2004 - May 2014**: Elementary, Secondary and High School Education in Vietnam **MY ACADEMIC ACHIEVEMENTS:** Overall IELTS Band Score of 8.0 Principal's Award 2016 and Outstanding Student of the Year 2015 Award at Abbey College Birmingham Second Prize in the Geography Competition 2013 Organized by the Hanoi's Department of Education **MY EXTRA-CURRICULAR ACTIVITIES:** Photographer and Video Producer of the LEO Club at the IUBH University of Applied Sciences Founder and Leader of Abbey College Birmingham's First Magic Club

MY WORK EXPERIENCE AND PROJECTS

Company/ Organization	Time	My Role	Description
Alpha Books (JSC)	August 2017 - Current	Online Course Instructor	I am the instructor of an IELTS online course with 60 lessons produced by Alpha Books.
FPT Vietnam (JSC)	August 2017 July 2016 -	Guest Speaker	I delivered 3 three-hour talks on global issues to more than 800 students of FPT High School.
Sunrise Vietnam (LTD)	February 2017	Teacher of IELTS and Business English	I taught 3 IELTS classes for high school students and 1 Business English class for corporate learners.
VnExpress.net and Vforum.vn	October 2015 - Current	Online Writer	I have produced more than 500 online articles on education and technology.
IELTS With Mr Duc	2017 - Current	Founder	ieltswithmrduc.com is a website that provides users with a huge amount of free and updated IELTS revision materials.
Tan Viet Book (JSC) and	2016 - Current	Book Author	I am the author of 4 IELTS books, 3 of which are published in Vietnam with 9,000 copies.
Alpha Books (JSC) MaiDuc Media	2016 - Current	Founder	I am a video producer on YouTube. I create videos on travel, music, culture, education and politics.

To learn more about my work experience and projects, please visit my LinkedIn profile (see on first page).

MY HIGHLIGHTED PUBLICATION

Type	Detail
Book	N.M.Duc (2016) *Cẩm Nang Thi IELTS - The IELTS Handbook*, ISBN: 978-604-77-1616-6 N.M.Duc (2017) Những "Phương Pháp Tự Học IELTS Hiệu Quả" - *Efficient Methods To Revise For The IELTS Exam*, ISBN: 978-604-59-8273-0
Article	N.M.Duc (2016) *Nokia tàn lụi, một phần vì iPhone - The fall of Nokia, partially caused by iPhone*, http://sohoa.vnexpress.net/tin-tuc/doi-song-so/thi-truong/nokia-tan-lui-mot-phan-vi-iphone-3375860.html N.M.Duc (2017) *Cuộc cách mạng công nghiệp lần thứ 4: Những viễn cảnh và mối đe dọa - The fourth industrial revolution: Future outlooks and threats*, http://vforum.vn/diendan/showthread.php?111729-Cuoc-cach-mang-cong-nghiep-lan-thu-4-Nhung-vien-canh-va-moi-de-doa
Video	(2016) *MaiDuc Media Tập 6: Người nước ngoài nghĩ gì về Việt Nam? - MaiDuc Media Episode 6: What do foreigners think of Vietnam?*, https://www.youtube.com/watch?v=t5EPC8VSHwE (2017) *MaiDuc Media Tập 31-MaiDuc Media Episode 31: What do young Egyptians think of their cultures?*, https://www.youtube.com/watch?v=Bwu0G7ESxEw
Press Talking About Me	N.T.Dung (2016) *Mới 18 tuổi, cậu du học sinh này đã là tác giả sách và ứng dụng dạy IELTS - At the age of 18, this student was an IELTS book author and mobile app developer*, http://kenh14.vn/doi-song/moi-18-tuoi-cau-du-hoc-sinh-nay-da-la-tac-gia-sach-va-ung-dung-day-ielts-20160317235433727.chn Dan Tri (2016) *Gặp chàng du học sinh tài năng nhưng không "sinh học bổng" - Meet the talented student who does not "fancy scholarships"*, http://dantri.com.vn/goc-chia-se/gap-chang-du-hoc-sinh-tai-nang-nhung-khong-sinh-hoc-bong-20160425105904732.htm

Access this CV online: bit.ly/resume-maiduc

Thư tuyên bố về động lực và thư giới thiệu từ người khác

Hai tài liệu quan trọng khác giúp bạn tỏa sáng khi xin việc chính là thư tuyên bố về động lực và thư giới thiệu từ người khác. Không phải công ty hoặc trường đại học nào cũng yêu cầu hai tài liệu này, nhưng việc đính kèm chúng trong bộ hồ sơ của bạn chắc chắn tạo lợi thế cho bạn.

Thư tuyên bố về động lực

Thư tuyên bố về động lực (hay "Motivation Letter") là một phiên bản dài và cụ thể hơn tấm CV của bạn. Nó thường được viết dưới dạng một bài luận với nhiều đoạn văn và một bố cục rõ ràng. Trong thư tuyên bố về động lực, bạn nên miêu tả cụ thể quá trình học tập và làm việc của bạn – bạn đã học những môn gì, đóng góp như thế nào cho trường hoặc công ty trước đây của bạn. Đây là cơ hội để bạn đưa ra những số liệu cụ thể, ví dụ đã tham gia tổ chức thành công hơn mười buổi lễ kỷ niệm ngày 20/11 hoặc đã giúp tăng số lượng khách hàng của công ty từ 150 lên 200 người.

Một điều mà bạn nên viết trong thư tuyên bố về động lực đó là lý do tại sao bạn muốn đăng ký việc tại một công ty và bạn sẽ vận dụng những kỹ năng, kinh nghiệm của mình như thế nào để đóng góp cho công ty đó. Ví dụ, bạn muốn đăng ký làm thực tập sinh tại một công ty Nhật Bản vì ngưỡng mộ tinh thần làm việc nghiêm túc của người Nhật Bản và mong muốn được học tiếng Nhật, hay bạn có thể sử dụng kỹ năng thuyết trình của mình để thu hút thêm khách hàng tiềm năng cho công ty.

Độ dài lý tưởng của một thư tuyên bố về động lực là một trang rưỡi đến hai trang A4. Thực tế đó là nhà tuyển dụng sẽ chỉ đọc thư giới thiệu bản thân sau khi họ bị thuyết phục bởi tấm CV của bạn. Vì vậy hãy tận dụng cơ hội này, viết một bức thư tuyên bố về động lực thật hấp dẫn để duy trì ấn tượng tốt đẹp của nhà tuyển dụng.

Ngoài ra, cũng như với CV, bạn nên nhờ một người có kinh nghiệm đọc thư giới thiệu bản thân của bạn để đưa ra góp ý.

Thư giới thiệu

Thư giới thiệu còn được biết đến với cái tên tiếng Anh là "Recommendation Letter". Nó thường được sử dụng khi bạn muốn xin học bổng hoặc đăng ký xin việc. Về cơ bản, thư giới thiệu từ người khác sẽ cung cấp một cái nhìn khách quan về tính cách, những thành tích học tập và công việc của bạn. Lời khuyên của tôi đó là hãy lựa chọn một người phù hợp để viết thư giới thiệu. Nó có thể là một người giáo viên đã từng dạy bạn, một người sếp hoặc một người đồng nghiệp cũ. Năm 2017, một nam sinh tại New England (Mỹ) đã làm hội đồng tuyển sinh của đại học Dartmouth bất ngờ khi nộp một bức thư giới thiệu từ bảo vệ của ngôi trường mà cậu đang theo học. Trong bức thư này, người bảo vệ đã miêu tả cậu học sinh là một người rất chu đáo và có những cử chỉ đẹp như tắt điện khi ra khỏi phòng học và dọn dẹp lớp học mà không cần ai chứng kiến, khen ngợi. Cậu tôn trọng tất cả những người xung quanh, bất kể địa vị và học vấn của họ. Nam sinh này cuối cùng đã được Dartmouth, một ngôi trường đại học danh giá thuộc khối Ivy League của Mỹ, nhận học.

Dù người giới thiệu bạn là ai, hãy đảm bảo rằng họ đã từng có mối quan hệ với bạn trong một quãng thời gian nhất định và rằng họ có đủ kinh nghiệm và uy tín để viết bức thư giới thiệu. Ngoài ra, bạn cũng nên thường xuyên trao đổi với người giới thiệu đó về những nội dung mà bạn muốn họ viết để cả hai đạt được sự đồng thuận.

Chuẩn bị cho một cuộc phỏng vấn

Hãy tưởng tượng bạn đã vượt qua được vòng xét duyệt hồ sơ. Chỉ còn một bước nữa thôi là bạn chạm tay được vào công việc mơ ước: Phỏng vấn. Phần lớn các công ty đều yêu cầu phỏng vấn ứng viên xin việc một cách trực tiếp hoặc thông qua mạng Internet. Nếu bạn xin việc tại những tập đoàn lớn, bạn nên chuẩn bị sẵn sàng cho việc bị phỏng vấn nhiều lần (có thể lên đến năm, sáu lần) trước khi được nhận việc. Dù cho công ty của bạn làm trong lĩnh vực gì, có quy mô bao nhiêu nhân viên, thì những lời khuyên dưới đây cũng sẽ giúp bạn chuẩn bị sẵn sàng cho một cuộc phỏng vấn.

Trước ngày phỏng vấn – Kiến thức và buổi phỏng vấn thử

Nếu bạn xin việc tại một công ty, hãy nghiên cứu kỹ về công ty đó

– lịch sử thành lập, quá trình phát triển, các văn phòng đại diện, văn hóa làm việc hay kết quả tài chính mới nhất của công ty. Nếu bạn xin học bổng tại một trường nước ngoài, hãy nghiên cứu kỹ về ngôi trường đó – những chương trình học, những giải thưởng giáo dục hay những hoạt động ngoại khóa được tổ chức tại trường. Phần lớn những thông tin này có thể được tìm thấy trên website của công ty hoặc trường học mà bạn đăng ký. Thực tế cho thấy có rất nhiều ứng viên đăng ký xin việc nhưng không hiểu biết rõ về nhà tuyển dụng. Một số nhà tuyển dụng ở Việt Nam đã chia sẻ rằng thậm chí nhiều ứng viên xin việc còn không biết đọc tên công ty mà họ muốn làm việc một cách chính xác.

Ngoài kiến thức về công ty mơ ước của bạn, hãy trau dồi kiến thức chuyên môn và hiểu biết xã hội chung trước ngày phỏng vấn. Nếu bạn đăng ký làm nhân viên bán hàng, hãy tìm hiểu về những phương pháp bán hàng trực tuyến mới nhất trên thị trường. Nếu bạn đăng ký làm nhà thiết kế thời trang, đừng quên nghiên cứu về những xu hướng thời trang mới nhất trên thị trường. Sự chuẩn bị về kiến thức vừa giúp bạn tự tin, vừa giúp bạn gây ấn tượng với nhà tuyển dụng.

Trước ngày phỏng vấn, bạn cũng có thể thực hiện một buổi phỏng vấn thử với một người bạn, đồng nghiệp cũ hoặc một người có kinh nghiệm làm việc trong lĩnh vực mà bạn theo đuổi. Bạn cũng nên truy cập những trang web và diễn đàn về việc làm như Glassdoor (https://www.glassdoor.com/index.htm) để xem những câu hỏi phỏng vấn phổ biến trong lĩnh vực, ngành nghề của bạn.

Trong ngày phỏng vấn – Trang phục và thái độ

Hãy đến đúng giờ với một bộ trang phục lịch sự và chỉn chu. Đấy là cách dễ nhất để ghi điểm với người phỏng vấn. Ngoài ra, bạn cũng nên giữ một trạng thái bình tĩnh. Lisa LaRue, cố vấn nghề nghiệp tại CareerWox, khuyên bạn nên vào một căn phòng trống và hít một hơi thật sâu để lấy tinh thần. Khi lo lắng, lượng máu trong não sẽ giảm, từ đó làm ảnh hưởng đến khả năng tư duy.

Trong lúc phỏng vấn, bạn nên duy trì một thái độ lịch sự, nhã nhặn và tôn trọng người đối diện. Bạn có thể sử dụng ngôn ngữ cơ thể, nhưng đừng sử dụng một cách thái quá. Bên cạnh đó, trong rất nhiều cuộc phỏng vấn, ngoài việc chỉ ra điểm mạnh và thành tích cá nhân, bạn sẽ được hỏi về những điểm yếu của bản thân. Tác giả Jon Youshaei của tờ Forbes cho rằng bạn không nên chỉ phân tích điểm yếu của mình, mà nên miêu tả quá trình bạn đã cố

gắng để khắc phục những điểm yếu đó. Ví dụ: "Tôi cảm thấy khó khăn trong việc điều hành những cuộc họp nhóm. Nhưng tôi đã cải thiện điểm yếu này bằng cách lên một lịch trình làm việc và thảo luận cho mỗi cuộc họp …".

Cuối cùng, cũng như với tấm CV và thư giới thiệu bản thân, bạn nên cố gắng đưa ra những câu trả lời cụ thể và thuyết phục. Nếu bạn đã giành được một giải thưởng học sinh giỏi, hãy phân tích bạn đã cố gắng thế nào để đạt được nó. Nếu bạn đã từng tổ chức một sự kiện cho trường phổ thông, hãy phân tích bạn đã học được kỹ năng gì từ sự kiện đó. Nếu bạn đã từng làm việc ở một công ty trong quá khứ, hãy phân tích bạn đã giúp công ty đó phát triển như thế nào.

Sau ngày phỏng vấn – Viết thư cảm ơn và giữ liên lạc với nhà tuyển dụng

Nếu bạn không được nhận vào trường đại học hoặc công ty mơ ước, đừng nản lòng vì bạn không phải người duy nhất. Trước khi sáng lập Alibaba và trở thành người đàn ông giàu nhất Trung Quốc, Jack Ma đã bị Harvard và hơn ba mươi công ty khác từ chối khi ông nộp đơn xin học/ xin việc. Cũng trong bài báo của mình trên Forbes, tác giả Job Youshaei cho rằng bạn nên viết thư cảm ơn đến nhà tuyển dụng. Điều này không những thể hiện sự biết ơn của bạn, mà còn giúp bạn giữ liên lạc với nhà tuyển dụng và mở rộng những cơ hội việc làm trong tương lai.

Trước đây tôi cũng đã từng xin việc dạy IELTS tại một vài trung tâm anh ngữ ở Hà Nội và bị từ chối. Lý do khá đa dạng, từ việc họ cho rằng tôi không có đủ kinh nghiệm, không phù hợp với văn hóa của công ty đến không có đủ thời gian để gắn bó với công ty (vì tôi sẽ phải đi du học Đức thời gian sau đó). Mặc dù bị từ chối, tôi vẫn nói lời cảm ơn họ đã dành thời gian phỏng vấn và giữ liên lạc với các trung tâm anh ngữ này. Nhiều người trong số họ sau đó đã giúp đỡ rất nhiều về mặt nội dung trong quá trình tôi xuất bản cuốn sách "Những phương pháp tự học IELTS hiệu quả" và khóa học trực tuyến "60 Ngày Chinh Phục Cột Mốc 7.0 IELTS".

Tổng kết Hành trang 7

Cơ hội giống như một cô gái đẹp – bạn phải chủ động tìm kiếm, tìm cách nắm bắt và chinh phục. Nếu không, cô gái đẹp đó sẽ bỏ bạn mà đi.

Thành công là sự giao nhau giữa chuẩn bị và cơ hội.

Nhà tuyển dụng chỉ dành duy nhất sáu giây để xem một bản CV của ứng viên. Bạn cần làm CV của mình thật nổi bật!

Hãy tải CV của bạn lên những vị trí dễ đọc ở những trang mạng xã hội mà bạn sử dụng và thường xuyên cập nhật nó.

Dù được nhận việc hay không, bạn cũng nên viết thư cảm ơn nhà tuyển dụng sau buổi phỏng vấn.

Hành trang 8
Trách nhiệm với công việc

Dạy học chưa bao giờ là một công việc dễ dàng. Khi bắt đầu công việc dạy IELTS, tôi mới nhận ra được những sự vất vả của nghề giáo. Bạn sẽ phải thức khuya, dậy sớm để soạn giáo án. Bạn sẽ phải dành thời gian ngoài giờ lên lớp để chấm bài của học sinh. Khi học sinh đạt kết quả thấp hơn mong đợi, bạn sẽ là người hứng chịu chỉ trích, dù cho trong quá trình dạy học bạn đã cố gắng như thế nào. Nhưng vì dạy học là đam mê của tôi, tôi chưa bao giờ than phiền về những vất vả này. Tôi vẫn cống hiến mỗi ngày cho nghề giáo.

Hành trang 6 đã giúp bạn xác định sở thích của bản thân và cách thức biến nó thành công việc. Hành trang 7 đã cung cấp cho bạn những bí quyết để chuẩn bị sẵn sàng cho các cơ hội việc làm. Còn hành trang 8 này sẽ phân tích bước tiếp theo của quá trình, đó là khi bạn đã được nhận công việc mơ ước và bắt đầu làm việc như một người trưởng thành thực sự.

Điều gì xảy ra nếu bạn chán ghét công việc của mình?

Hồi còn học bên Anh, tôi đã nghe được câu chuyện về gia đình của một nữ giáo viên dạy tôi môn Xã hội học. Gia đình bà sống ở Birmingham nhưng chồng bà ngày nào cũng phải dậy từ năm giờ sáng để lên chuyến tàu đến nơi làm việc ở London. Ông là một lập trình viên máy tính cho một ngân hàng lớn của Thụy Sĩ và với công việc này, ông có mức lương rất cao. Nhưng bà giáo viên lại phàn nàn rằng ông ta vô cùng chán ghét công việc của mình vì nó quá nhàm chán. Điều duy nhất khiến ông dậy sớm và dành hơn bốn tiếng mỗi ngày để di chuyển đến nơi làm việc và về nhà là bởi vì nó cho ông một mức lương cao và ổn định. Ông thường vắng mặt trong nhiều bữa tối của gia đình và có những hành vi không tốt với vợ con vì sự mệt mỏi này.

Tìm được một công việc phù hợp với đam mê của bạn là rất quan trọng. Đấy là lý do tại sao tôi đã dành một chương của cuốn sách này hướng dẫn bạn cách xác định đam mê và biến nó thành một công việc có ích. Tôi đã nghe rất nhiều tâm sự từ các tân sinh viên mới ra trường. Một vài trong số họ có công việc lương cao ở những công ty quốc tế, một vài người khác thì phải chật vật với mức sống đang ngày càng tăng cao ở những thành phố lớn của Việt Nam. Nhưng họ có chung một kiểu than phiền: Tôi cảm thấy chán công việc của mình! Tôi đi làm chỉ để kiếm tiền! Tôi không biết mình phải sống sao nếu cứ tiếp tục công việc này 40 năm nữa!

Việc bạn chán ghét công việc sẽ ảnh hưởng nghiêm trọng đến năng suất lao động. Có thể bạn vẫn hoàn thành công việc sếp giao, nhưng bạn sẽ không có động lực để sáng tạo và gặt hái được nhiều sự tiến bộ hơn nữa. Một cá nhân với tinh thần chán nản sẽ tạo ra một bầu không khí u ám cho cả tập thể, từ đó ảnh hưởng đến năng suất lao động của những người xung quanh. Sớm hay muộn, sự suy giảm năng suất này sẽ kéo công ty của bạn đi xuống. Đấy là lý do tại sao rất nhiều công ty bây giờ không quá coi trọng bằng cấp của ứng viên, mà quan tâm nhiều hơn về kinh nghiệm làm việc của họ – một thước đo đánh giá sự đam mê.

Làm việc vì sự đam mê hay ổn định?

Một video mới đây trên YouTube được đăng tải bởi tài khoản CS Dojo đã nhận được sự chú ý đặc biệt của cộng đồng mạng. Sau chưa đầy một tuần, video này đã thu hút hơn 500,000 lượt xem. Video xoay quanh câu chuyện của YK Sugishita, một cựu nhân viên phần mềm tại Google với mức lương hơn 100,000 đô la Mỹ một năm. Sugishita đã chia sẻ lý do tại sao anh quyết định bỏ việc tại Google để theo đuổi đam mê làm video của mình. Anh cho biết việc làm những video dạy lập trình và bí quyết phỏng vấn xin việc khiến anh có thể tạo ảnh hưởng đến nhiều người hơn là công việc lập trình viên tại Google. Mặc dù kiếm được ít tiền hơn so với quãng thời gian ở Google, Sugishita cho biết anh cảm thấy rất tuyệt vời với cuộc sống hiện tại.

Trong một vài năm trở lại đây, những câu chuyện nghỉ việc để theo đuổi đam mê như thế này không hiếm. Chúng xuất hiện rất nhiều trên những trang báo khởi nghiệp và công nghệ. Nhân viên văn phòng bỏ việc nghìn đô để trồng rau hữu cơ hay đầu bếp bỏ việc ở trời Tây để về Việt Nam tự mở tiệm bánh ngọt là những câu chuyện như thế. Ở đây tôi không khuyến khích độc giả bỏ việc để đi theo niềm đam mê ấp ủ bấy lâu. Nếu bạn đang có một công việc mà bạn đam mê và sẵn sàng cống hiến cho nó mỗi ngày, thật

tuyệt vời! Hãy tiếp tục công việc đó. Nhưng nếu bạn tự nhận thấy mình là một "cái xác biết đi", mỗi ngày đến công sở với sự chán nản, thì tôi nghĩ đã đến lúc bạn nên tìm kiếm một công việc mới. Hãy để quãng đời tuổi trẻ của bạn trôi qua với những trải nghiệm đáng giá.

Thực tế, nghiên cứu của Cục Thống kê Lao động Mỹ (BLS) đã chỉ ra rằng trung bình một người Mỹ sẽ làm 12 công việc khác nhau trong suốt sự nghiệp của họ. Một vài lý do phổ biến nhất cho xu hướng đổi công việc thường xuyên đó là tìm kiếm một công việc ít căng thẳng hơn, thay đổi lĩnh vực chuyên môn, đạt sự cân bằng giữa công việc và cuộc sống, tìm kiếm một công việc thú vị hơn và cảm nhận được sự hòa hợp giữa giá trị cá nhân và mục tiêu của tập thể.

Ngày nay, khái niệm về một "công việc ổn định" không còn thực tế vì sự phát triển không ngừng của công nghệ. Nhiều chuyên gia kinh tế dự báo trong vài chục năm tới khi mà ô tô tự lái phát triển, chúng ta sẽ không cần tài xế và cũng không cần học lái xe nữa. Đừng cười nhé, vì chính nhân loại cũng đã từng cười trước phát minh của thẻ ngân hàng như tôi đã phân tích ở đầu phần I. Nếu bạn vẫn đang băn khoăn về viễn cảnh này, hãy lên YouTube gõ từ khóa "Renault Symbioz" để xem công ty sản xuất ô tô của Pháp này đã lên ý tưởng như thế nào về một chiếc ô tô vừa có thể tự lái vừa đóng vai trò như một ngôi nhà di động của bạn. Việt Nam là một nền kinh tế có tốc độ tăng trưởng nhanh và vì thế rất dễ bị ảnh hưởng bởi sự trỗi dậy của công nghệ. Chỉ vài năm nữa thôi, những nghề như phụ xe buýt hay nhân viên trạm xăng có thể sẽ biến mất hoàn toàn ở nước ta khi mà công nghệ vé xe buýt điện tử và cây xăng tự động được áp dụng. Nhân tiện đây, hai công việc này vốn đã không tồn tại ở những nước phát triển từ rất lâu.

Trang mạng xã hội 9GAG đã đăng một bài viết liệt kê 11 công việc trong quá khứ mà bây giờ không còn tồn tại. Hãy cùng phân tích lý do cho sự tuyệt chủng này nhé.

Nghề nghiệp	Công cụ thay thế
1. Bowling Alley Pinsetter - Người xếp lại những quả bóng bowling sau mỗi lượt chơi	Máy xếp bóng bowling tự động
2. Human Alarm Clock - Người đánh thức bạn dậy mỗi buổi sáng bằng cách gõ vào cửa kính nhà bạn	Đồng hồ báo thức
3. Ice Cutter - Người sử dụng cưa để cắt băng và những cục tuyết đã đông thành đá	Máy cưa băng tự động
4. Pre-radar Listener For Enemy Aircraft - Người sử dụng máy khuếch trương âm thanh để nhận biết máy bay địch	Ra-đa với chức năng dò tần số
5. Rat Catcher - Người săn bắt chuột cống	Bẫy chuột, thuốc diệt chuột
6. Lamplighter - Người châm lửa cho những chiếc đèn đường chạy bằng dầu	Đèn điện
7. Milkman - Người vận chuyển sữa mỗi ngày đến nhà khách hàng vì sữa không thể giữ chất lượng lâu dưới điều kiện bình thường	Tủ lạnh
8. Log Driver - Người chở những khúc gỗ	Cần cẩu, thuyền, xe tải
9. Switchboard Operator - Người kết nối các cuộc gọi đường dài	Hệ thống viễn thông quốc tế
10. Resurrectionist - Người khai quật mộ phục vụ mục đích nghiên cứu của các sinh viên ngành y	Công nghệ ướp đông xác chết
11. Lector Who Entertained Factory Workers - Người đọc sách và báo để giúp công nhân nhà máy không cảm thấy chán	Sách nói

Đặt 100% năng lượng của bạn vào công việc

Dù bạn đang làm công việc gì, hãy đặt toàn bộ năng lượng của bạn vào nó. Trước giờ làm việc, hãy chủ động hoàn thành những công việc sếp giao, lên kế hoạch cho những tháng tới hay liên hệ đồng nghiệp để hỏi thăm, trao đổi công việc và đặt câu hỏi về những dự án các bạn đang cùng thực hiện.

Trong giờ làm việc, hãy tập trung toàn bộ thời gian và công sức của bạn cho công việc. Đừng để những "cám dỗ thời hiện đại" như điện thoại thông minh, trò chơi điện tử và Facebook làm lãng phí quãng thời gian vốn đã eo hẹp của bạn. Nhưng bạn cũng không nên làm việc hùng hục như một cái máy không biết nghỉ ngơi.

Hãy cho phép bản thân thư giãn 5 đến 10 phút sau mỗi tiếng làm việc.

Sau giờ làm việc, nếu những kế hoạch ngắn hạn của bạn cho phép, bạn vẫn có thể dành thời gian cho công việc. Trả lời email đồng nghiệp, gửi email quảng cáo đến khách hàng hay đọc những tài liệu chuyên môn bạn tìm được trên mạng là những điều bạn có thể làm ngoài giờ làm việc.

Phần lớn các dự án mà tôi tham gia, trong đó có khóa học trực tuyến "60 Ngày Chinh Phục Cột Mốc 7.0 IELTS" đều không có khái niệm "tám giờ vàng ngọc ở công sở". Ngược lại, chúng yêu cầu tôi phải cố gắng hết mình trước, trong và sau giờ làm việc. Tôi nhận được lời mời sản xuất khóa học trực tuyến từ Alpha Books khi đang du học Đức. Sau thời gian trao đổi ban đầu, tôi hiểu được rằng cụm từ "trực tuyến" ở đây không phải là giảng dạy trực tiếp (live) mà là quay những video bài giảng và bán những video này. Để chuẩn bị cho những buổi quay ở Việt Nam, tôi đã dành nhiều tháng ở Đức để thiết kế hơn 20 bài giảng chi tiết theo phong cách PowerPoint.

Tôi có một tháng ở Việt Nam và tự tin rằng mình có thể dễ dàng quay xong hơn 20 bài giảng trong tối đa hai tuần. Tuy nhiên, khi về đến Việt Nam và gặp trực tiếp Alpha Books, tôi mới nhận ra cách sản xuất các khóa học của họ hoàn toàn khác. Một mặt, tôi nghĩ rằng những bài giảng sẽ giống như các video chia sẻ bí kíp ôn thi đại học mà tôi vẫn thường thấy trên mạng: Giáo viên sẽ cầm phấn, vừa viết lên bảng vừa giảng giải. Tuy nhiên, thực tế đó là tôi phải xây dựng một "kịch bản" hoàn thiện đến từng chữ cho mỗi bài giảng. Khi quay, tôi sẽ có một điều khiển từ xa và một máy nhắc chữ như trong trường quay của các chương trình truyền hình. Tất cả những gì tôi nói sau đó sẽ được đội kỹ thuật thể hiện lên màn hình bằng đồ họa.

Vậy là tôi phải làm lại từ đầu. Và với yêu cầu về độ dài tối thiểu của một khóa học trực tuyến được Alpha Books đặt ra, công việc lúc đó tưởng chừng lớn đến nỗi tôi sẽ không tài nào hoàn thành nổi trong một tháng. Nhưng tôi vẫn dốc hết sức mình, dành toàn bộ thời gian mỗi ngày để xây dựng tổng cộng hơn 60 kịch bản bài giảng. Tôi và đội ngũ của Alpha Books làm việc hăng say đến nỗi đã có những ngày chúng tôi quay xong mười hai bài giảng trong một buổi chiều. Đã có những lúc tôi bị sưng chân đến chảy máu nhưng vẫn đến trường quay, đã có những lúc tôi phải về nhà cách đó hơn năm cây số chỉ để thay một cái áo và quay lại (vì cái áo của tôi không phù hợp khi lên hình). Nhưng tôi và các đồng nghiệp

vẫn vượt qua khó khăn và hoàn thành việc sản xuất khóa học sớm hơn dự kiến. Ở thời điểm tôi viết những dòng này, khóa học đã có hơn 600 học viên trên khắp Việt Nam.

Cho dù bạn có cố gắng đến mấy trong công việc, bạn không thể làm hài lòng tất cả mọi người. Giới nghệ sĩ thường tự nhận họ làm công việc "dâu trăm họ" vì ai cũng có thể khen, chê và phán xét những tác phẩm của họ. Bản thân tôi thì rất thích câu nói của Mark Zuckerberg, CEO của Facebook: "Khi tiến bộ, bạn không thể làm hài lòng tất cả mọi người. Nếu bạn đang làm hài lòng tất cả mọi người, thì bạn đang không tiến bộ."

Trong quá trình làm việc, những chỉ trích sẽ giúp bạn trưởng thành và hoàn thiện bản thân. Nếu ai đó buông những lời lẽ cay nghiệt, xúc phạm chống lại bạn, hãy làm việc hết mình để thể hiện rằng họ đã đánh giá thấp bạn. Hay như một câu nói rất nổi tiếng: "Hãy làm việc hết mình trong im lặng và để thành công của bạn lên tiếng." Còn nếu ai đó phê bình bạn, chỉ trích bạn nhưng với một sự thiện chí, hãy đón nhận nó. Không có gì quý giá hơn một lời góp ý chân thành để bạn có thể thực sự cải thiện và tiến bộ, dù lời góp ý đó có thể không dễ nghe. Trong thời gian gắn bó với dự án khởi nghiệp đầu tay Zip2, tỷ phú công nghệ Elon Musk đã từng chiêu mộ nhiều kỹ sư phần mềm mới cho công ty của mình. Họ và Musk đã có rất nhiều sự bất đồng trong các kỹ thuật lập trình và điều này khiến Musk, một người vốn ngạo mạn, cảm thấy rất khó chịu. Tuy nhiên qua thời gian, ông dần làm quen với điều này và nhận ra những góp ý từ những người kỹ sư mới đã giúp cải thiện sản phẩm của Zip2 một cách đáng kể. Zip2 sau đó đã được Compaq mua lại với giá 307 triệu USD, giúp Musk bỏ túi 22 triệu USD.

Trong các dự án và công việc mà tôi đã tham gia, tôi đã nhận được rất nhiều lời phê bình, đôi khi được nói một cách nhẹ nhàng, đôi khi mạnh mẽ và trực tiếp. Trong quãng thời gian hợp tác với mục Số hóa của VnExpress, tôi đã nhiều lần bị chê là viết bài "khô khan" và "thiếu sức sống". Còn khi dạy học ở các trung tâm anh ngữ, tôi đã từng bị phê bình vì không kê lại bàn ghế sau giờ học, quên tắt loa không dây, phát danh thiếp cá nhân cho học sinh và đăng ảnh lớp học lên Facebook cá nhân. Thậm chí họ có thể sa thải bạn ngay lập tức mà không cần phê bình. Tôi đã từng được nhận dạy tiếng Anh giao tiếp cơ bản cho một doanh nghiệp sản xuất hóa chất ở Hà Nội. Vài buổi học đầu tiên diễn ra thành công và các học viên của tôi (sĩ số hơn 30 người và họ đều lớn hơn tôi 10 đến 20 tuổi) có vẻ rất hài lòng với người thầy giáo trẻ của họ. Vào buổi sáng ngày diễn ra buổi học tiếp theo, tôi nhận được điện

thoại thông báo rằng tôi đã bị cho nghỉ việc vì các lãnh đạo công ty cho rằng tuổi của tôi (lúc đó tôi 18 tuổi) không phù hợp dạy một lớp doanh nghiệp.

Cuộc sống là thế đó. Dù bạn có cố gắng hết mình, dành toàn bộ tâm huyết cho công việc, không phải ai cũng sẽ ghi nhận sự cố gắng của bạn. Nhưng đừng nản lòng trước những thử thách hay những lời phê bình. Chúng sẽ giúp bạn nhận ra sai lầm của bản thân và trưởng thành hơn mỗi ngày.

Tổng kết hành trang 8

- Việc bạn chán ghét công việc sẽ ảnh hưởng nghiêm trọng đến năng suất lao động của bạn và tinh thần làm việc của các đồng nghiệp.

- Nếu bạn tự nhận thấy mình là một "cái xác biết đi", mỗi ngày đến công sở với sự chán nản, thì tôi nghĩ đã đến lúc bạn nên tìm kiếm một công việc mới. Ngày nay, khái niệm về một "công việc ổn định" không còn thực tế vì sự phát triển không ngừng của công nghệ.

- Dù bạn đang làm công việc gì, hãy đặt toàn bộ năng lượng của bạn vào nó trước, trong và sau giờ làm việc chính thức.

- Đừng nản lòng trước những thử thách hay những lời phê bình. Chúng sẽ giúp bạn nhận ra sai lầm của bản thân và trưởng thành hơn mỗi ngày.

Hành trang 9
Làm việc nhóm

Nhà kinh tế chính trị học và triết gia đạo đức học lớn người Scotland, Adam Smith đã từng nghiên cứu tác động của chuyên môn hóa và phân chia lao động lên năng suất. Nghiên cứu này được dựa trên một nhà máy sản xuất ghim với 10 lao động. Theo tính toán của Smith, nếu như mỗi lao động đều phải trải qua tất cả các bước của quá trình sản xuất ghim, thì mỗi ngày nhà máy chỉ có thể sản xuất tối đa 20 chiếc ghim. Nhưng nếu mỗi lao động được phân chia làm một công đoạn nhất định của quá trình sản xuất, cả nhà máy sẽ sản xuất được 48,000 chiếc ghim một ngày!

Sở dĩ tôi dành cả một chương để nói về kỹ năng làm việc nhóm vì nó rất cần thiết cho cả học sinh, sinh viên và người đi làm ở mọi lĩnh vực chuyên môn. Trong tất cả các dự án mà tôi đã từng tham gia, chưa có công việc nào mà không đòi hỏi sự hỗ trợ của ít nhất một người khác. Một câu ngạn ngữ châu Phi đã miêu tả rất chính xác lợi ích tuyệt vời mà làm việc nhóm mang lại: "Nếu bạn muốn đi nhanh, hãy đi một mình. Nếu bạn muốn đi xa, hãy đi cùng nhau."

Lợi ích của làm việc nhóm

Ví dụ trên về nhà máy sản xuất ghim đã phác họa một cách rõ nét lợi ích lớn nhất của làm việc nhóm: Nâng cao năng suất. Mặc dù làm việc nhóm nghe có vẻ là một kỹ năng của thời hiện đại, nhưng nó đã tồn tại từ rất lâu. Tổ tiên loài người đã từng sống theo các bộ lạc và phân chia công việc cho nhau, người xây dựng nhà cửa, người đi kiếm nguồn nước, người thì đi săn bắt thú. Đến thời chiến tranh, binh lính cũng được chia thành các tiểu đội khác nhau, mỗi tiểu đội một nhiệm vụ riêng biệt. Đến thời hiện đại, bất kỳ doanh nghiệp nào dù to hay nhỏ đều được chia làm các phòng, ban hoặc chi nhánh.

Nhưng chính xác thì tại sao làm việc nhóm có thể giúp nâng cao năng suất? Lý do đầu tiên đó là làm việc nhóm sẽ giúp chúng ta đưa ra nhiều ý tưởng hơn làm việc độc lập. Trong quãng thời gian làm huấn luyện viên tại trại hè về kinh doanh và khởi nghiệp dành cho học sinh THPT YEA Camp 2016, tôi đã có cơ hội làm việc cùng rất nhiều du học sinh tài năng, những trí thức trẻ và những doanh nhân từ nhiều lĩnh vực chuyên môn. Chính những ý tưởng sáng tạo từ họ đã giúp ban tổ chức trại cải thiện nội dung chương trình.

Nhiều ý tưởng khác nhau còn giúp chúng ta đưa ra các quyết định sáng suốt và khách quan hơn. Ví dụ, nếu bạn là người Hà Nội và muốn mở rộng kinh doanh xuống Sài Gòn, thì bạn nên tìm một người bạn là người Sài Gòn hoặc đã sinh sống tại đây lâu năm làm người đồng hành. Sự hiểu biết về văn hóa tiêu dùng của người Sài Gòn, đi kèm với kinh nghiệm kinh doanh của bạn, sẽ là một sự kết hợp hoàn hảo, giúp công ty của bạn đưa ra những quyết định đúng đắn.

Lý do thứ hai khiến làm việc nhóm giúp chúng ta nâng cao năng suất đó là các thành viên trong nhóm có thể học hỏi từ kinh nghiệm và kỹ năng của nhau. Năm 2016, tôi được phân công phụ trách một buổi hội thảo du học Anh, với đối tượng khán giả chính là các em học sinh cấp ba và phụ huynh. Mục tiêu của buổi hội thảo là cung cấp những thông tin về cơ hội du học Anh cho những em có mong muốn du học tại quốc gia này, cũng như những thông tin chuẩn bị lên đường cho những em đã đăng ký xin học thành công.

Là người đã du học ở Anh hai năm, tôi khá tự tin với buổi hội thảo này. Tuy nhiên, tôi nhận thấy rằng kinh nghiệm du học Anh của mình chỉ xoay quanh chương trình Alevel, trong khi đó còn rất nhiều chương trình học khác, như dự bị đại học, tú tài quốc tế, đại học và thạc sĩ. Chính vì vậy, tôi đã quyết định mời thêm sự tham gia của hai chị du học sinh Anh, một người đã từng học một năm chương trình dự bị, một người đang học đại học ngành Luật. Buổi hội thảo đã thành công hơn mong đợi nhờ những chia sẻ thực tiễn và thú vị từ hai chị.

Tìm kiếm và xây dựng nhóm

Nếu bạn đang gặp khó khăn với bài tập về nhà, đang cảm thấy quá tải với công việc sếp giao hoặc đang bắt tay vào một dự án khởi nghiệp, bạn đều cần tìm kiếm và xây dựng nhóm. Thực ra, việc tìm kiếm những người bạn đồng hành không khó như bạn nghĩ.

Hãy bắt đầu quá trình xây dựng nhóm bằng cách xác định rõ dự án, công việc mà bạn đang theo đuổi. Sau đó hãy vạch ra yêu cầu mà một thành viên nhóm của bạn phải đáp ứng. Ví dụ, nếu bạn là một chuyên gia về Marketing và muốn xây dựng một website, bạn sẽ cần một đội ngũ hỗ trợ với ít nhất một thành viên thông thạo lập trình, một thành viên có kỹ năng thiết kế đồ họa và một thành viên có kinh nghiệm quản lý ngân sách cho website.

Tùy vào dự án mà bạn đang theo đuổi, bạn nên có một cách tìm kiếm thành viên nhóm khác nhau. Bạn có thể bắt đầu từ những người trong vòng tròn quan hệ của bạn, ví dụ người thân, thành viên trong gia đình, bạn bè, bạn cùng lớp hoặc đồng nghiệp ở công ty. Hãy nói rõ về dự án của bạn và yêu cầu về một thành viên nhóm lý tưởng. Nếu họ không phù hợp để tham gia, biết đâu họ sẽ giới thiệu cho bạn một người khác phù hợp hơn.

Nếu những mối quan hệ xung quanh bạn chưa giúp bạn xây dựng nhóm, hãy tìm kiếm những người bạn đồng hành mới mà bạn chưa từng quen biết. Mạng Internet là cách tuyệt vời để bạn làm điều này. Có rất nhiều diễn đàn trực tuyến, website và nhóm Facebook với những thành viên chung một sở thích hoặc đam mê. Tôi đã biết nhiều bạn trẻ tìm được người đồng hành cho dự án khởi nghiệp của họ chỉ bằng cách đăng một mẩu thông tin ngắn trên nhóm Facebook mà họ theo dõi. Cũng có rất nhiều bạn trẻ đã tự lập các câu lạc bộ và nhóm offline luyện thi IELTS nhờ tìm được những người có cùng chí hướng và mục đích trên mạng.

Phát triển và duy trì nhóm

Một khi nhóm đã được thành lập, nhiệm vụ tiếp theo của bạn là phát triển và duy trì nhóm. Để làm được điều đó đòi hỏi một số kỹ năng sau đây:

Xây dựng những quy định cho nhóm

Để một tập thể hoạt động hiệu quả, mỗi thành viên cần tuân thủ những quy tắc nhất định. Trong một bài viết được đăng lên trang Psychology Today, giáo sư Ronald Riggio của đại học Claremont McKenna College (Hoa Kỳ) đã chỉ ra một số quy tắc cơ bản cho các nhóm thuộc mọi lĩnh vực và dự án.

• Thiết lập những mục tiêu chung: Một mục tiêu chung có thể là đạt được một lượng doanh thu nhất định sau sáu tháng. Những mục tiêu thể này sẽ giúp các thành viên trong nhóm gắn kết hơn.

• Làm rõ ai sẽ là người đưa ra quyết định: Hãy trả lời câu hỏi –

Người đưa ra quyết định cuối cùng là ai, trưởng nhóm hay dựa trên bình bầu công khai?

• Cung cấp những phản hồi rõ ràng và thường xuyên: Hãy cho phép các thành viên trong nhóm nhận xét lẫn nhau và nhận xét cả trưởng nhóm. Luôn luôn giữ một bầu không khí công bằng và dân chủ.

• Kết hợp những phần thưởng cho cá nhân và tập thể: Ngoài những phần thưởng cho những cá nhân xuất sắc, trưởng nhóm cũng nên cân nhắc trao những phần thưởng cho cả tập thể, ví dụ một buổi dã ngoại ngoài trời.

• Tạo ra một môi trường không ngừng học hỏi: Hãy coi những sai lầm như một cơ hội để cải thiện bản thân và luôn luôn khuyến khích các thành viên trong nhóm tìm tòi kiến thức và phát triển những kỹ năng mới.

Bí quyết cho những cuộc họp nhóm thành công

Để hoàn thành công việc, các nhóm rất cần tổ chức những cuộc họp, dù cho cuộc họp diễn ra online hay offline. Yếu tố quan trọng giúp một cuộc họp thành công chính là chuẩn bị một lịch trình làm việc rõ ràng và cụ thể. Hãy vạch ra các công việc cụ thể các bạn sẽ làm trong buổi họp nhóm ngày hôm nay và cần phải hoàn thành những mục tiêu gì khi cuộc họp kết thúc. Lịch trình làm việc này nên được gửi đến các thành viên trong nhóm trước khi cuộc họp diễn ra. Dưới đây là ví dụ về một bản lịch trình làm việc năm bước cho một nhóm với nhiệm vụ là soạn thảo kế hoạch kinh doanh tháng tới cho công ty.

Họp nhóm, ngày 15.01.2018

Sau buổi họp nhóm ngày hôm nay, chúng ta kỳ vọng sẽ hoàn thành tất cả năm mục tiêu dưới đây:

1. Thiết kế bìa cho bản kế hoạch kinh doanh.

2. Quyết định nội dung của các phần trong bản kế hoạch kinh doanh.

3. Phân chia công việc: Mỗi người sẽ phụ trách viết hai phần.

4. Quyết định hạn chót cho việc hoàn thành các phần và người sẽ chịu trách nhiệm soạn thảo bản kế hoạch cuối cùng.

5. Thống nhất ngày và địa điểm họp nhóm cho lần tới.

Giải quyết mâu thuẫn

Khi mâu thuẫn trong nhóm xảy ra, trưởng nhóm cần đứng ra hòa giải. Đàm phán và đối thoại trong bầu không khí cởi mở là cách tốt nhất để giải quyết mọi mâu thuẫn nhóm. Hãy để mỗi thành viên nhóm thể hiện nỗi bức xúc và mong muốn của họ. Người trưởng nhóm sau đó cần lắng nghe và giải quyết mâu thuẫn, trên cơ sở đưa ra giải pháp mà mọi người đều có thể chấp nhận.

Một trong những biện pháp hữu hiệu khác để giải quyết mâu thuẫn và tăng tình đoàn kết của các thành viên trong nhóm đó là tổ chức các hoạt động tập thể. Những trò chơi ngoài giờ làm việc, những buổi liên hoan cùng nhau hay những chuyến du lịch là các lựa chọn để giúp xóa tan bầu không khí căng thẳng và giúp các thành viên trong nhóm hiểu nhau hơn. Trong thời gian dạy học ở những trung tâm anh ngữ, tôi thường đi ăn uống với các đồng nghiệp khác, vừa để thư giãn, vừa để bàn bạc những kế hoạch dạy trong tương lai gần.

Những công cụ liên lạc và trao đổi dữ liệu cho nhóm

Ở thời đại công nghệ phát triển như hiện nay, các nhóm vẫn có thể hoạt động hiệu quả dù cho họ không ở gần nhau về mặt địa lý. Cho dù các thành viên nhóm sống gần nhau và có thể thường xuyên gặp mặt, họ cũng rất cần những công cụ để chia sẻ dữ liệu trực tuyến. Dưới đây tôi xin gợi ý cho bạn một số công cụ phổ biến như vậy. Chúng đều dễ sử dụng và phù hợp với các nhóm thuộc nhiều lĩnh vực chuyên môn khác nhau. Một vài ứng dụng sau đây là miễn phí, với một số khác bạn cần trả tiền để sử dụng phiên bản đầy đủ tính năng. Nếu bạn là người trưởng nhóm, hãy hỏi ý kiến các thành viên xem họ ưu tiên sử dụng công cụ nào cho việc liên lạc, thay vì tự quyết định. Ví dụ, khi ở bên Anh, tôi đã phải cài đặt ứng dụng WeChat khi làm việc nhóm với các bạn người Trung Quốc, vì đây là một ứng dụng rất phổ biến ở quốc gia của họ. Khi sang Đức, WhatsApp lại là sự lựa chọn của tôi vì đây là ứng dụng chat rất thịnh hành trong giới trẻ châu Âu.

1. Skype

2. WhatsApp

3. Facebook Messenger

4. Google Hangouts

5. Microsoft OneDrive

6. Slack

7. Asana

8. Podio

9. Ryver

10. Trello

Tổng kết hành trang 9

Nếu những mối quan hệ xung quanh bạn chưa giúp bạn xây dựng nhóm, hãy tìm kiếm những người bạn đồng hành mới mà bạn chưa từng quen biết.

Hãy bắt đầu quá trình xây dựng nhóm bằng cách xác định rõ dự án, công việc mà bạn đang theo đuổi. Sau đó hãy vạch ra yêu cầu mà một thành viên nhóm của bạn phải đáp ứng.

Những mục tiêu, quy định chung và một môi trường không ngừng học hỏi là cần thiết để phát triển nhóm.

Làm việc nhóm sẽ giúp chúng ta đưa ra nhiều ý tưởng hơn làm việc độc lập. Khi làm việc nhóm, các thành viên trong nhóm có thể học hỏi từ kinh nghiệm và kỹ năng của nhau.

Đàm phán và đối thoại trong bầu không khí cởi mở là cách tốt nhất để giải quyết mọi mâu thuẫn nhóm.

Hành trang 10
Gây dựng dự án từ hai bàn tay trắng

Xu hướng khởi nghiệp trong thế hệ trẻ Việt Nam chưa bao giờ sôi nổi như vài năm trở lại đây. Xu hướng đó được hỗ trợ bởi nhiều yếu tố. Thứ nhất, xã hội dường như đã có một cái nhìn lạc quan hơn về những doanh nhân khởi nghiệp, coi họ là hình tượng cho sự dũng cảm, dám đương đầu với thử thách. Thứ hai, các quỹ đầu tư mạo hiểm và nhà đầu tư trong và ngoài nước đang tăng cường rót vốn cho rất nhiều dự án mà họ coi là có triển vọng. Cuối cùng, trên bình diện vĩ mô, chính phủ Việt Nam đang cân nhắc rất nhiều chính sách hỗ trợ các doanh nghiệp vừa và nhỏ, đồng thời tạo ra một "hệ sinh thái khởi nghiệp" mang tầm quốc gia. Năm 2016, chính phủ đã chính thức công bố đề án đưa Việt Nam trở thành một quốc gia khởi nghiệp vào năm 2020, với mục tiêu sẽ có tổng cộng một triệu start-up được hình thành trên quy mô toàn quốc.

Với kinh nghiệm là một huấn luyện viên khởi nghiệp cho học sinh THPT, tôi đã từng chứng kiến khá nhiều ý tưởng khởi nghiệp thú vị, độc đáo và thực tế từ các em học sinh cấp ba. Xây dựng một diễn đàn trực tuyến để kết nối du học sinh và sinh viên trong nước, phát triển phao cứu sinh có kích cỡ bằng chiếc đồng hồ đeo tay, thiết kế đệm ngủ có khả năng phát nhạc, phân phát quà cho người nghèo bằng những chiếc xe buýt di động hay sản xuất ốp lưng điện thoại kèm chức năng bỏ vừa tai nghe là những ý tưởng như vậy. Bản thân tôi cũng đã tham gia trực tiếp vào một vài dự án khởi nghiệp và vì thế muốn dành chương cuối cùng của phần II này để hướng dẫn các bạn cách gây dựng một dự án khởi nghiệp từ hai bàn tay trắng.

Bước 1: Phát triển ý tưởng

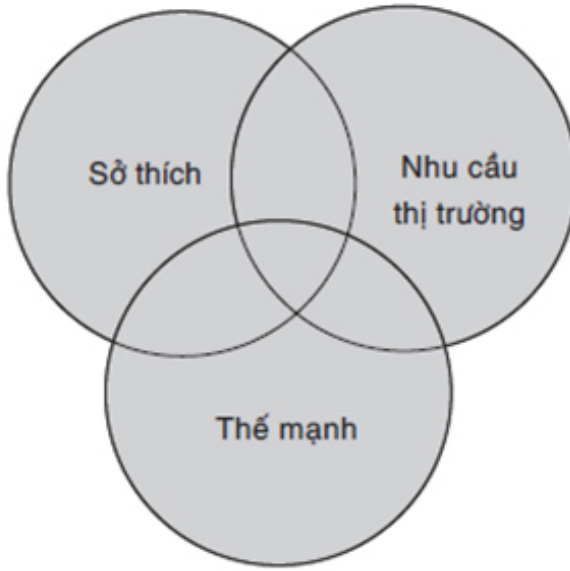
Một ý tưởng khởi nghiệp có thể được phát triển dựa vào việc vẽ sơ đồ Venn như tôi đã phân tích ở hành trang 2, phần I về thi cử và chọn trường. Tuy nhiên, thay vì "Xu hướng", tôi sẽ đổi thành "Nhu cầu của thị trường". Hai yếu tố "Sở thích" và "Thế mạnh" vẫn được giữ nguyên.

Sở dĩ bạn nên cân nhắc nhu cầu của thị trường trong quá trình phát triển ý tưởng là bởi vì phải bạn cần có khách hàng tiêu thụ sản phẩm, dịch vụ mà bạn tạo ra. Sẽ thật vô lý nếu như bạn sáng tạo ra một sản phẩm mà không có ai cần, hoặc một dịch vụ mà đã có quá nhiều nhà cung cấp và bạn không thể có cơ hội chen chân vào thị trường đó.

Để hiểu rõ về nhu cầu của thị trường, bạn có thể tìm đọc những bài báo, tạp chí, cuốn sách hoặc những thông tin trên mạng Internet về lĩnh vực mà bạn đam mê hoặc có kinh nghiệm (giáo dục phổ thông, trồng rau hữu cơ, làm bánh, nhà hàng phục vụ đồ ăn chay, ...). Hãy lắng nghe những ý kiến của các chuyên gia trong lĩnh vực đó để hiểu rằng người tiêu dùng đang mong muốn điều gì nhưng chưa có ai đáp ứng hoặc đáp ứng với chất lượng chưa cao. Câu trả lời chính là tiềm năng để bạn khai phá.

Đôi khi nhu cầu của thị trường có thể được áp dụng ở tầm vi mô. Hãy tìm hiểu xem người dân ở khu vực bạn đang sinh sống đang có mong muốn, nhu cầu gì. Đó có thể là một cửa hàng làm bánh ngọt, một trường mầm non tư thục, một tiệm phô-tô hay một cửa hàng bán đồ hand-made. Giải quyết những vấn đề của xã hội, cộng đồng cũng là một cách để bạn đưa ra một ý tưởng khởi nghiệp.

Sơ đồ Venn mới cho việc phát triển ý tưởng sẽ trông như sau. Ý tưởng khởi nghiệp lý tưởng cho bạn chính là vùng nhau giau giữa ba hình tròn.



Khi phát triển dự án website đầu tay IELTS With Mr Duc, đây cũng là phương pháp mà tôi đã áp dụng.

• Sở thích của tôi: Dạy học và truyền tải kiến thức.

• Thế mạnh: Có kinh nghiệm thi và viết sách IELTS.

• Nhu cầu của thị trường: Có một nơi cập nhật các tài liệu IELTS miễn phí về cả bốn kỹ năng Nghe, Nói, Đọc và Viết.

• Ý tưởng: Một website về IELTS.

Bước 2: Đánh giá ý tưởng

Sau khi phát triển ra một hoặc một vài ý tưởng khởi nghiệp dựa trên ba yếu tố sở thích, thế mạnh và nhu cầu của thị trường, bước tiếp theo bạn cần thực hiện đó là đánh giá tính khả thi của ý tưởng đó. Trong một doanh nghiệp, bạn sẽ có những người đồng nghiệp, sếp hoặc hẳn một phòng ban để giúp bạn đánh giá ý tưởng. Tuy nhiên, nếu bạn khởi nghiệp một mình, bạn vẫn có thể tự mình làm điều đó. Một vài yếu tố mà bạn có thể cân nhắc khi đánh giá ý tưởng ban đầu bao gồm:

• Tài chính: Với những dự tính ban đầu về chi phí nhân lực và công cụ, dự án của bạn sẽ tốn kém bao nhiêu tiền? Liệu rằng bạn có thể huy động số tiền đó từ nguồn nào, lương cá nhân, người thân, xin tài trợ, một quỹ đầu tư mạo hiểm hay vay ngân hàng?

• Thời gian: Dự án của bạn sẽ mất bao lâu để hoàn thiện? Sau khi dự án được ra mắt, bạn sẽ mất bao lâu để hoàn vốn đầu tư và bắt đầu sinh lời? Với thời gian đó, nếu bạn xin tài trợ thì nhà tài trợ của bạn có chấp nhận không?

• Khách hàng: Dự án của bạn sẽ phục vụ đối tượng khách hàng nào? Du học sinh, các bà nội trợ, những doanh nhân thành đạt hay những người cao tuổi đã nghỉ hưu? Theo tìm hiểu thị trường của bạn thì đối tượng khách hàng này có hứng thú với sản phẩm, dịch vụ của bạn không?

• Sản phẩm cạnh tranh: Những sản phẩm hoặc dịch vụ tương tự đã có mặt trên thị trường chưa và đang phát triển như thế nào? Bạn có điểm gì khác biệt họ để có thể cạnh tranh trực tiếp với họ?

• Ý kiến chuyên gia: Bạn cũng có thể trình bày ý tưởng khởi nghiệp của mình cho những doanh nhân thành đạt hoặc những nhà quản lý có kinh nghiệm mà bạn biết. Những đánh giá khách quan từ họ sẽ giúp bạn điều chỉnh ý tưởng ban đầu nếu cần thiết.

Ngày nay, rất khó để phát triển một ý tưởng khởi nghiệp hoàn toàn mới lạ và chưa từng xuất hiện trên thị trường bao giờ. Nói cách khác, bạn sẽ không thể tìm kiếm một ý tưởng vừa ít tốn kém, nhanh chóng, có lượng khách hàng tiềm năng lớn, không có sản phẩm cạnh tranh, vừa nhận được phản hồi tích cực từ các chuyên gia. Đôi khi ý tưởng đó chỉ cần đáp ứng một hoặc một vài yếu tố trên là đã đủ tiềm năng để thành công.

Hãy lấy ví dụ về công ty sản xuất tên lửa tư nhân SpaceX của tỷ phú công nghệ Elon Musk. Khi ra đời, mục tiêu của SpaceX đó là sẽ tự chế tạo ra các tên lửa với chi phí thấp hơn nhiều lần các sản phẩm được khu vực nhà nước sản xuất. Với mục tiêu này, ý tưởng của Elon Musk đã không đáp ứng yêu cầu tài chính (vì sản xuất tên lửa là một lĩnh vực quá tốn kém), thời gian (để thiết kế một chiếc tên lửa từ con số 0 rất mất thời gian), khách hàng (các nhà đầu tư đều e ngại trước ý tưởng của Musk vì lo ngại họ sẽ không thu hồi được vốn) và ý kiến chuyên gia (các chuyên gia hàng không vũ trụ ban đầu đều coi ý tưởng của Musk là vô lý). Nhưng có một yếu tố mà SpaceX có thể lấy làm điểm tựa, đó là sản phẩm cạnh tranh. Các tên lửa do những chính phủ trên thế giới sản xuất có chi phí quá đắt, chưa kể một lần phóng tên lửa đã tiêu tốn hàng trăm triệu đô la. Như vậy, nếu các kỹ thuật viên tại SpaceX có thể chế tạo ra một tên lửa chi phí thấp và có thể được phóng lên không gian một cách thường xuyên, họ hoàn toàn có cơ hội làm chủ thị trường.

Phần lớn những ý tưởng khởi nghiệp thành công ở Việt Nam và trên thế giới đều không yêu cầu sự phức tạp về kỹ thuật hay vốn đầu tư và thời gian lớn như SpaceX. Dưới đây là một số công ty khởi nghiệp nhận được nhiều bình chọn nhất từ khán giả trong cuộc thi Startup 2017 do báo điện tử VnExpress tổ chức. Bạn có nhận thấy điểm chung của chúng không?

• Rudicaf: Dịch vụ hẹn hò và kết nối con người.

• Nấm tươi cười: Sản xuất thực phẩm tự nhiên, không hóa chất từ những loại nấm.

• Unica: Siêu thị các khóa học trực tuyến.

• eHubly: Nền tảng giúp các doanh nghiệp tự tạo ứng dụng di động cho họ.

• bTaskee: Dịch vụ kết nối người giúp việc và những chủ nhà có nhu cầu.

Điểm chung là chúng đều giải quyết một nhu cầu nhất định của thị trường và có chức năng kết nối người cần dịch vụ và người cung cấp dịch vụ. Ý tưởng khởi nghiệp của bạn để thành công cũng nên làm được điều đó.

Bước 3: Nhân lực

Sau khi đánh giá tính khả thi của ý tưởng, đã đến lúc đi tìm những người bạn đồng hành cho dự án khởi nghiệp của bạn. Hãy đọc hành trang 9 để hiểu hơn về những cách tìm kiếm, xây dựng và phát triển nhóm. Ở đây tôi chỉ muốn nhấn mạnh thêm một vài điều quan trọng khi tìm nguồn nhân lực trong các dự án khởi nghiệp:

• Cân nhắc kỹ nếu như bạn muốn khởi nghiệp cùng người thân: Lý do khiến nhiều dự án khởi nghiệp với người thân (anh, chị, em, bố mẹ, họ hàng,...) thất bại là bởi vì công việc kinh doanh bị ảnh hưởng bởi tình cảm cá nhân. Khi làm việc với người thân, bạn sẽ cảm thấy khó khăn khi đưa ra những nhận xét thẳng thắn về đối phương. Ngoài ra, những ràng buộc về pháp lý và tài chính có thể bị xem nhẹ giữa những thành viên trong nhóm. Đây đều là những yếu tố có thể dẫn đến thất bại. Nếu bạn quyết định khởi nghiệp với người thân, hãy chắc chắn rằng người đó có kinh nghiệm trong lĩnh vực mà bạn đang theo đuổi và rằng hai bạn sẽ coi nhau như hai người đồng nghiệp khi làm việc.

• Tuyển dụng và sa thải: Khi đã bắt tay vào một dự án khởi nghiệp và đặt ra mục tiêu lợi nhuận, bạn cần nghiêm túc trong việc tuyển chọn thành viên nhóm. Điều đó có nghĩa bạn cần có những quy định rõ ràng cho quá trình tuyển dụng và sa thải. Bạn cần vạch ra những tiêu chí về bằng cấp, kinh nghiệm làm việc cho ứng viên, phỏng vấn họ trước khi nhận việc cũng như có đủ can đảm sa thải những người không hoàn thành nhiệm vụ.

Dưới đây là chín bước đầy đủ của một quá trình tuyển dụng chuyên nghiệp. Bạn có thể thêm hoặc bớt các bước trong quá trình này tùy thuộc vào độ lớn của dự án bạn theo đuổi hoặc nguồn lực mà bạn sở hữu.

Xác định nhu cầu tuyển dụng
Miêu tả vị trí cần tuyển dụng
Phát triển kế hoạch tuyển dụng
Bầu chọn ban phụ trách tuyển dụng
Đăng tải công khai vị trí cần tuyển dụng
Xét duyệt ứng viên cho vòng phỏng vấn
Thực hiện vòng phỏng vấn
Chọn lọc những ứng viên đủ tiêu chuẩn
Gửi thư mời làm việc đến những ứng viên được chọn

Bước 4: Công cụ

Sau khi tuyển chọn đầy đủ thành viên cho dự án, bạn cần xác định những công cụ cần thiết để bắt tay thực hiện dự án. Xác định công cụ cũng là nhiệm vụ quan trọng để bạn ước tính được chi phí cho dự án, từ đó có kế hoạch gọi vốn phù hợp. Các công cụ cần thiết sẽ khác nhau cho các dự án khác nhau và tùy thuộc vào lĩnh vực mà bạn theo đuổi. Ví dụ, nếu bạn muốn mở một cửa hàng bán giày thể thao, thì những công cụ cơ bản mà bạn cần bao gồm:

• Một cửa hàng làm nơi trưng bày sản phẩm

• Các mẫu giày mà bạn muốn bán

• Ghế ngồi cho khách

• Quầy thanh toán

• Giá để giày

• Gương

• Điều hòa và quạt

• Website và trang Facebook để cập nhật sản phẩm

• Máy ảnh cơ để chụp quảng bá những mẫu giày mới nhất,…

Trong bước 4 này, hãy tập hợp các thành viên trong nhóm của bạn để tất cả có thể lên một danh sách đầy đủ nhất.

Bước 5: Tài chính

Để có thể triển khai dự án, bạn cần tiền. Trước khi tìm kiếm nguồn vốn, bạn cần xác định rõ chi phí của dự án. Chi phí của dự án có thể được tính bằng cách cộng chi phí của tất cả các công cụ cần thiết trong bước 4. Sau đó, bạn có thể gọi vốn từ các nguồn sau đây:

Huy động từ các thành viên trong nhóm

Các thành viên trong nhóm có thể dùng tiền cá nhân để đóng góp trực tiếp cho dự án. Trong trường hợp này họ vừa là nhà sáng lập vừa là hội đồng quản trị. Nếu bạn huy động tiền từ các thành viên trong nhóm, hãy đảm bảo rằng bạn vạch ra những quyền lợi và trách nhiệm cụ thể. Ví dụ, thành viên A đóng góp 10% vốn cho dự án nên sẽ nhận được 10% lợi nhuận. Thành viên B và C đóng góp số vốn lớn nhất cho dự án nên có quyền quyết định cao nhất trong nhóm.

Huy động từ các tổ chức tín dụng

Các ngân hàng thường sẵn lòng cho các dự án khởi nghiệp vay tiền nếu như chúng thể hiện được tiềm năng thực sự. Thời gian gần đây, trước chủ trương của chính phủ Việt Nam về việc tạo một hệ sinh thái khởi nghiệp tầm quốc gia, rất nhiều ngân hàng đã nới lỏng quy định cho vay và hạ thấp lãi suất đối với các dự án khởi nghiệp. Ngoài ra, bản thân chính phủ cũng tung ra những gói hỗ trợ tài chính trực tiếp cho các dự án khởi nghiệp có tiềm năng và đóng góp cho xã hội. Bạn nên thường xuyên cập nhật tin tức từ các tổ chức tín dụng và các bộ ngành liên quan của chính phủ, ví dụ Bộ Công thương, để tìm hiểu về những ưu đãi này.

Xin tài trợ/đầu tư

Ở đây tôi coi tài trợ và đầu tư là hai hình thức gọi vốn khác nhau. Tài trợ là khi bạn xin một khoản tiền nhất định từ một công ty, đổi lại logo và sản phẩm của họ sẽ được phép xuất hiện trên những sản phẩm hoặc sự kiện của bạn dưới danh nghĩa nhà tài trợ. Thường thì dưới hình thức tài trợ, các công ty không mong muốn sự thu hồi về mặt vốn mà về mặt danh tiếng. Ngược lại, đầu tư là hình thức các doanh nhân, các nhà đầu tư cá nhân hoặc quỹ đầu tư mạo hiểm sẽ rót vốn vào dự án của bạn với mong muốn nhận lại được vốn và lãi sau một thời gian nhất định.

Dưới đây là bốn tiêu chí giúp bạn xin tài trợ hoặc kêu gọi đầu tư thành công:

• Chứng minh tính khả thi của dự án: Hãy dựa vào những phân tích ở bước 2 – Đánh giá ý tưởng mà tôi đã phân tích ở trên. Đừng quên bao gồm những mục tiêu rõ ràng dựa trên sự tính toán khoa học, ví dụ đạt một trăm khách hàng đầu tiên sau ba tháng ra mắt.

• Có kế hoạch phát triển dự án rõ ràng: Hãy cho nhà tài trợ hoặc nhà đầu tư thấy bạn đang ở bước nào của quá trình phát triển dự án và sau khi có vốn, dự án sẽ được tiếp tục như thế nào.

• Nêu rõ số tiền cần: Số tiền bạn cần từ nhà tài trợ hoặc nhà đầu tư dựa vào tổng chi phí của dự án. Bạn có thể xin một ít vốn từ nhiều nhà đầu tư khác nhau, hoặc xin toàn bộ vốn từ một nhà đầu tư nếu như dự án của bạn không yêu cầu chi phí lớn.

• Có sự ràng buộc pháp lý về quyền lợi và nghĩa vụ: Một bản hợp đồng tài trợ/ hợp đồng đầu tư với quyền lợi và nghĩa vụ rõ ràng của hai bên là rất cần thiết. Bản thân tôi khi xin tài trợ cho dự án website IELTS With Mr Duc hay xuất bản các cuốn sách về IELTS đều có bản hợp đồng cho từng dự án, được hai bên ký và cam kết thực hiện. Nếu bạn không chắc về tiêu chuẩn và chi tiết cần có của một bản hợp đồng, hãy lên mạng để tìm hiểu về điều này. Mỗi lĩnh vực chuyên môn sẽ có một thể loại hợp đồng riêng.

Bước 6: Sản xuất và thử nghiệm

Sau khi đã có đủ nguồn vốn trong tay, hãy bắt đầu sản xuất sản phẩm hoặc dịch vụ mà bạn đã lên ý tưởng từ bước 1. Đây là thời điểm mà việc phân chia nhiệm vụ cho các thành viên trong nhóm rất quan trọng. Hãy đặt ra một hạn chót cho việc hoàn thành các nhiệm vụ này và luôn đồng hành với các thành viên trong nhóm để theo dõi tiến độ.

Khi sản phẩm cuối cùng đã hoàn thành, bạn đừng nên nóng vội

giới thiệu nó ra thị trường mà hãy thử nghiệm. Điều này đặc biệt quan trọng nếu bạn phát triển một sản phẩm công nghệ. Để thử nghiệm, bạn có thể mời một số khách hàng đầu tiên sử dụng thử sản phẩm và đưa ra góp ý, nhận xét. Hãy tiếp thu những góp ý này và cải thiện sản phẩm trước khi chính thức ra mắt nó.

Bước 7: Marketing

Rất nhiều người lầm tưởng rằng công việc duy nhất của bộ phận Marketing đó là quảng bá sản phẩm. Sự thật không phải như vậy. Nếu là một sinh viên ngành Marketing như tôi, chắc hẳn bạn đã nghe thấy cụm từ "The Marketing Mix" hay "The 4Ps" rất nhiều. Để hoàn thiện quá trình Marketing, bạn sẽ phải thực hiện những nhiệm vụ sau đây:

Price – Giá cả

Để xác định giá cả phù hợp cho một sản phẩm, cần rất nhiều sự tính toán và phân tích. Ngoài ra, việc định giá còn có thể được thực hiện dưới nhiều chiến lược quản trị. Ở phạm vị nội dung của cuốn sách này, tôi sẽ chỉ ra ba yếu tố cơ bản mà bạn cần cân nhắc khi định giá sản phẩm hoặc dịch vụ của bạn:

• Khách hàng: Khách hàng sẵn sàng trả giá bao nhiêu cho sản phẩm của bạn? Câu trả lời có thể được tìm thấy bằng cách phân tích thị trường hoặc trực tiếp hỏi khách hàng qua các bản khảo sát.

• Đối thủ cạnh tranh: Đối thủ cạnh tranh của bạn đang định giá sản phẩm ở mức bao nhiêu? Nếu bạn để giá thấp hơn đối thủ, liệu rằng họ sẽ có động thái tương tự và hạ thấp giá bán như bạn không?

• Chi phí: Bạn cần có lợi nhuận. Chính vì thế, giá một sản phẩm phải tối thiểu lớn hơn chi phí làm ra nó.

People – Con người

Con người ở đây ám chỉ đối tượng khách hàng của bạn. Xác định khách hàng tiềm năng không những giúp bạn xác định yếu tố Place – Địa điểm dễ dàng hơn, mà còn giúp cho quá trình Promotion – Quảng bá của bạn. Để hiểu rõ đối tượng khách hàng tiềm năng, bạn có thể phân chia họ thành các nhóm với những đặc điểm riêng biệt.

• Giới tính: Nam hay nữ?

• Tuổi tác: Thuộc nhóm độ tuổi nào? Ví dụ 18-35.

• Vị trí địa lý: Sống tại Hà Nội hay khu vực phía Nam?

• Nghề nghiệp: Bác sĩ, giáo viên, doanh nhân hay lập trình viên?

• Sở thích: Guitar, ca hát, vẽ tranh hay làm bánh?

• Hành vi: Thường xuyên ăn nhà hàng, thường xuyên sắm quần áo mới hay thường xuyên đặt sách online?

Từ đó, một nhóm đối tượng khách hàng lý tưởng cho một doanh nghiệp kinh doanh mỹ phẩm có thể là: Nữ, 25-40 tuổi, sống tại Hà Nội, có thu nhập khá, sở thích làm đẹp và có thói quen mua sắm thường xuyên.

Place – Địa điểm

Ngày nay, việc vận hành một doanh nghiệp hoặc dự án khởi nghiệp hoàn toàn trên thế giới mạng không còn là điều xa lạ. Nếu bạn phải thuê mặt bằng cho dự án khởi nghiệp của bạn, hãy tính toán rõ chi phí cho việc này và bao gồm nó trong tổng chi phí của dự án. Ngoài ra, nếu có thể, bạn cũng nên lựa chọn một địa điểm văn phòng gần với đối tượng khách hàng mục tiêu của bạn. Ví dụ, nếu như bạn muốn mở một quán cơm trưa với đối tượng khách hàng chính là dân văn phòng, hãy chắc chắn rằng trong bán kính một kilomet xung quanh quán cơm của bạn có ít nhất một vài công sở. Hãy nhớ rằng dân văn phòng không có nhiều thời gian nghỉ trưa để đi dạo và tìm quán cơm!

Promotion – Quảng bá

Có hai hình thức quảng bá sản phẩm chính, đó là offline và online. Bảng dưới đây sẽ miêu tả những điểm mạnh và mặt hạn chế của một số hình thức quảng bá phổ biến mà một doanh nghiệp khởi nghiệp quy mô nhỏ có thể sử dụng.

Hình thức	Công cụ	Điểm mạnh	Mặt hạn chế
Offline	Tờ rơi và thư giới thiệu sản phẩm	Chi phí thấp và cung cấp nhiều thông tin	Ít người quan tâm
	Danh thiếp cá nhân và doanh nghiệp	Chi phí thấp	Khó bao gồm nhiều thông tin sản phẩm
	Áp phích	Tác động lượng lớn khán giả	Chi phí cao
	Quà lưu niệm kèm lô-gô	Chi phí thấp và đẹp mắt	Khó bao gồm nhiều thông tin sản phẩm
	Tài trợ các sự kiện	Tác động lượng lớn khán giả và cải thiện hình ảnh	Chi phí cao
Online	Website doanh nghiệp	Chi phí thấp và có thể bao gồm nhiều thông tin sản phẩm	Cần nhân sự phụ trách để cập nhật thường xuyên
	Mạng xã hội	Tác động lượng lớn khán giả với đặc điểm cụ thể	Mất thời gian để khẳng định tên tuổi
	Email	Chi phí thấp và dễ thực hiện	Tỷ lệ đọc thấp
	Quảng cáo trên những website khác	Tác động lượng lớn khán giả một cách nhanh chóng	Chi phí cao
	Quảng cáo trên những trang tìm kiếm	Xuất hiện ở trang đầu khi người dùng tìm kiếm	Cạnh tranh cao và tỷ lệ nhấp chuột thấp

Bước 8: Chăm sóc khách hàng

Theo một nghiên cứu độc lập được tôi thực hiện năm 2017 với tiêu đề "Đánh giá thiết bị di động trên mạng xã hội và ảnh hưởng của nó đến hành vi người tiêu dùng", dịch vụ chăm sóc khách hàng là yếu tố quan trọng nhất khiến người sử dụng thiết bị di động chia sẻ trải nghiệm của họ trên mạng xã hội. Nhiệm vụ của bạn chưa dừng lại khi bạn bán xong sản phẩm cho khách hàng, mà nó kéo dài sau khi việc mua bán đã kết thúc. Chăm sóc khách hàng tốt là cách đơn giản để bạn nâng cao tên tuổi của doanh nghiệp.

Một số công việc cơ bản của bộ phận chăm sóc khách hàng bao gồm:

• Trả lời email, tin nhắn và cuộc gọi từ khách hàng

• Bảo hành và sửa chữa sản phẩm

• Đổi trả sản phẩm

• Xử lý những vấn đề khác liên quan đến sản phẩm

Chia sẻ của tác giả: 11 công cụ mà tôi đã sử dụng trong quá trình quảng bá sản phẩm và chăm sóc khách hàng cho website IELTS With Mr Duc

Website:

Website là nơi tôi cập nhật các bài viết và tài liệu mới nhất. Tính đến thời điểm viết cuốn sách này, website của tôi đã có hơn 54,000 lượt truy cập sau một năm rưỡi ra mắt.

Google Analytics:

Công cụ giúp bạn phân tích lượng khách ghé thăm và những đặc điểm của họ như giới tính, tuổi và vị trí địa lý. Google Analytics là dịch vụ hoàn toàn miễn phí.

Google Alerts:

Công cụ giúp bạn xác định những nơi trên thế giới mạng mà tên thương hiệu của bạn đang được nhắc tới. Google Alerts là bí quyết để bạn nhanh chóng nhận ra và xử lý những bình luận tiêu cực về doanh nghiệp của bạn.

Facebook cá nhân:

Tôi thường đăng các bài viết mới nhất của IELTS With Mr Duc lên trang Facebook cá nhân để bạn bè có thể đọc và chia sẻ chúng.

Facebook Page:

Lập một trang Facebook là một phương pháp miễn phí và hiệu quả giúp bạn tương tác với lượng người dùng khổng lồ của Facebook. Ngoài đăng bài, bạn còn có thể tạo sự kiện và gửi tin nhắn đến người dùng qua Facebook Page.

Facebook Group:

Hãy chọn những nhóm Facebook phù hợp để chia sẻ bài viết của bạn. Ví dụ, tôi thường chia sẻ những bài viết mới nhất của IELTS With Mr Duc lên những nhóm luyện thi IELTS, học tiếng Anh, sinh viên đại học và học sinh cấp ba.

Facebook Ads:

Với Facebook Ads, bạn có thể lập một chiến dịch quảng cáo trực tuyến nhắm vào một đối tượng khách hàng cụ thể như phân tích ở phần Promotion – Quảng bá trong bước 7 – Marketing. Nhờ Facebook Ads, hiện nay trang Facebook của IELTS With Mr Duc đã có hơn 30,000 người theo dõi.

Twitter:

Lợi thế của Twitter lại nằm ở chính giới hạn từ của một Tweet. Bạn không thể viết quá 140 ký tự cho một bài đăng, vì vậy bạn phải nghĩ cách làm cho thông điệp của mình thật ngắn gọn và hấp dẫn.

LinkedIn cá nhân:

Tương tự như trang Facebook cá nhân, tôi thường cập nhật những bài đăng mới nhất của IELTS With Mr Duc lên trang LinkedIn cá nhân. Đây cũng là cơ hội để tôi thể hiện kiến thức chuyên môn của mình trước những chuyên gia khác.

YouTube cá nhân:

Tôi thường xuyên tạo những video về IELTS sau đó đăng chúng lên kênh YouTube cá nhân. Những video thường dễ gây sự chú ý hơn những bài đăng dài và nhiều chữ.

Email

Hiện giờ tôi có hơn 100 người đăng ký nhận email hàng tháng. Tôi sử dụng công cụ SendPulse để gửi email đến họ vào ngày mồng một mỗi tháng, trong đó cập nhật những bài viết mới nhất trên website.

Tổng kết Hành trang 10

Một ý tưởng khởi nghiệp khả thi cần giải quyết một nhu cầu nhất định của thị trường và có chức năng kết nối người cần dịch vụ và người cung cấp dịch vụ.

Tuyển dụng và sa thải là một bước cần thiết trong quá trình quản trị nhân lực ở các dự án khởi nghiệp.

Nhiệm vụ của bạn chưa dừng lại khi bạn bán xong sản phẩm cho khách hàng, mà nó kéo dài sau khi việc mua bán đã kết thúc.

Phần ba

SỐNG NHƯ MỘT CÔNG DÂN THỜI HIỆN ĐẠI

"Cuộc sống bao gồm 10% những gì xảy đến với bạn và 90% còn lại là cách bạn đối mặt với nó."

Charles R. Swindoll

Thời thiếu niên của tôi đã từng trôi qua với những khoảng thời gian vô ích, chìm đắm vào mạng xã hội, trò chơi điện tử và những thói quen hại sức khỏe khác. Tôi từng rất nhiều lần cảm thấy cuộc sống không có ý nghĩa và không biết vài năm tới mình sẽ đi đâu, làm gì. Sau thời gian suy nghĩ, tôi nhận ra rằng chỉ có bản thân mình mới có thể thay đổi cuộc sống hiện tại để xây dựng một tương lai tốt đẹp hơn. Nỗi buồn và sự đau khổ không đến từ những yếu tố bên ngoài, mà do chính chúng ta tạo ra.

Từ đó, tôi quyết tâm thay đổi bản thân từ những thói quen nhỏ mỗi ngày. Tôi tăng cường giao tiếp với bên ngoài, kết bạn mới để mở rộng các mối quan hệ xã hội. Tôi bắt đầu học cách sử dụng công nghệ thông minh hơn, để công nghệ phải phục vụ mình chứ không phải điều ngược lại. Tôi tích cực tham gia các hoạt động cộng đồng ở cả Việt Nam và nước ngoài như một cách đóng góp cho xã hội. Và như bao nhiêu người trẻ khác, tôi đã yêu và có một tình yêu năm năm rất đẹp.

Tôi tin rằng rất nhiều người trẻ ở độ tuổi hai mươi hay mới bước qua ngưỡng cửa này của cuộc đời vẫn đang loay hoay tìm một lối đi, một phong cách sống phù hợp. Chính vì thế, phần III của cuốn sách sẽ cung cấp những bí quyết giúp bạn sống một cuộc đời tuổi trẻ trọn vẹn như một công dân đích thực. Một công dân của xã hội hiện đại, không những biết cách chăm lo cho bản thân mà con

tích cực đóng góp cho xã hội.

Hành trang 11
Xây dựng thói quen tốt mỗi ngày

Trong hành trang này tôi sẽ tập trung phân tích những thói quen giúp bạn có được một sức khỏe thể chất và tâm hồn tốt. Ngoài những thói quen này, thì các thói quen được đề cập đến ở phần I và phần II của cuốn sách cũng rất quan trọng. Một sự kết hợp giữa những thói quen rèn luyện sức khỏe và những thói quen giúp tăng cường kiến thức cùng với sự quyết tâm để thực hiện chúng mỗi ngày là sự lựa chọn lý tưởng cho bạn.

Chuyện ngủ

Nghiên cứu khoa học chỉ ra rằng chúng ta dành một phần ba cuộc đời để ngủ. Giống như ăn và uống, ngủ là một nhu cầu sinh lý không thể thiếu của cơ thể. Ngủ đủ giấc là cách đơn giản để bạn có được một sức khỏe tốt. Tuy nhiên, số liệu thống kê từ Ngày Thế giới vì Giấc ngủ (World Sleep Day) chỉ ra rằng thiếu ngủ và những triệu chứng của nó ảnh hưởng đến gần 45% dân số toàn cầu. Mặc dù đây là một vấn đề sức khỏe có thể phòng tránh và chữa được, chưa đầy một phần ba người thiếu ngủ tìm kiếm sự trợ giúp từ bác sĩ.

Rất nhiều bạn trẻ đánh giá thấp tầm quan trọng của việc ngủ và vì thế không xây dựng một thói quen ngủ sớm và ngủ đủ giấc. Khi sống tại châu Âu và lên Facebook vào buổi tối qua laptop, tôi giật mình khi thấy rằng một lượng lớn bạn bè của mình ở Việt Nam vẫn đang online. Dường như họ nghĩ rằng sự cường tráng của tuổi trẻ sẽ giúp việc thiếu ngủ trở nên vô hại. Tuy nhiên, khoa học lại chứng minh điều ngược lại.

Bạn cần ngủ bao nhiêu lâu một ngày?

Theo Viện Nghiên cứu Sức khỏe Quốc gia Mỹ, người trong độ tuổi

18-60 cần ngủ ít nhất bảy tiếng một ngày để có được sức khỏe tốt. Ngủ đủ giấc giúp cải thiện sức khỏe của hệ miễn dịch, từ đó giảm khả năng bị ốm cũng như tăng khả năng phục hồi nếu bạn bị ốm. Ngoài ra, một giấc ngủ sâu được chứng minh là sẽ cải thiện trí nhớ của bạn. Trong khi những người thiếu ngủ dễ bị trầm cảm và cáu gắt, những người ngủ đủ giấc có trạng thái cảm xúc ổn định hơn.

Tác hại của việc thiếu ngủ là gì?

Cũng theo viện nghiên cứu này, không ngủ đủ giấc trong thời gian dài sẽ làm tăng nguy cơ mắc các bệnh béo phì, tiểu đường, tim mạch, đột quỵ và trầm cảm. Bên cạnh đó, việc thiếu ngủ còn ảnh hưởng đến khả năng tập trung, giải quyết vấn đề và sự sáng tạo. Nó còn tác động trực tiếp đến não bộ, từ đó làm giảm khả năng ghi nhớ. Khả năng học hỏi và tiếp nhận kiến thức mới cũng giảm 40% khi bạn thiếu ngủ. Nếu bạn là học sinh và thường xuyên thức khuya, chắc hẳn bạn sẽ cảm nhận điều này rất rõ rệt mỗi khi đến lớp vào buổi sáng.

Các thống kê và phân tích về tai nạn giao thông cho thấy thiếu ngủ ở tài xế là một trong những nguyên nhân phổ biến cho tình trạng này. Điều tra từ Tổ chức vì An toàn Giao thông của Mỹ cho thấy nếu tài xế ngủ ít hơn năm tiếng một đêm, khả năng bị tai nạn của họ sẽ ngang bằng khi họ say rượu.

Bí quyết giúp cải thiện chất lượng giấc ngủ

Nếu bạn đang gặp khó khăn trong việc ngủ đúng giờ và ngủ đủ giấc, năm bí quyết dưới đây từ chuyên mục sức khỏe của trang CNN sẽ giúp bạn.

• Rèn luyện thể chất trước khi ngủ: Bản thân tôi luôn luôn đi bộ ít nhất 30 phút trước khi ngủ và đã cố gắng duy trì thói quen này được hơn nửa năm. Tập thể dục nhẹ trước khi đi ngủ sẽ giúp cơ thể bạn có cảm giác mệt và vì thế dễ chìm vào giấc ngủ sâu.

• Tránh ăn nhiều, hút thuốc và uống rượu trước khi ngủ: Ăn nhiều trước khi ngủ sẽ làm tổn hại trực tiếp đến hệ tiêu hóa, nhất là khi đồ ăn chứa nhiều chất béo và tinh bột. Ngoài ra, việc hút thuốc và uống rượu trước khi ngủ cũng làm tăng khả năng tỉnh dậy vào ban đêm.

• Biến việc ngủ đúng giờ thành một thói quen: Hãy ngủ và dậy vào cùng một thời điểm mọi ngày trong tuần, kể cả cuối tuần. Nếu bạn là học sinh hoặc sinh viên và có bài tập về nhà phải làm, thì việc ngủ lúc 11 giờ và dậy vào 7 giờ sáng là một gợi ý tốt và có thể

thực hiện được. Ngoài ra, trước khi đi ngủ, bạn có thể đọc sách, nghe nhạc nhẹ hoặc thiền để giúp đầu óc thư giãn.

• Tắt tất cả các thiết bị điện: Các thiết bị điện và những vật dụng phát ra ánh sáng là kẻ thù hàng đầu của một giấc ngủ ngon. Nếu bạn không thể tắt tất cả các thiết bị điện (ví dụ vì đèn đường chiếu trực tiếp vào phòng ngủ của bạn), hãy cân nhắc việc đeo bao che mắt hoặc lắp đặt rèm cửa tối màu. Ngoài các thiết bị điện, bạn cũng nên tắt tất cả những thiết bị tạo ra âm thanh.

• Điều chỉnh nhiệt độ phòng: Bạn có thể sử dụng điều hòa hoặc quạt máy để điều chỉnh nhiệt độ phòng. Ngưỡng nhiệt độ phòng lý tưởng nhất cho một giấc ngủ ngon là từ 16 đến 20 độ C.

Hãy tạo lập thói quen ngủ sớm và ngủ đủ giấc mỗi ngày. Cho dù bạn có nhiều công việc, hãy gác nó lại hoặc sắp xếp lại nó một cách khoa học để không làm ảnh hưởng đến thời gian ngủ. Sức khỏe là tài sản quý giá nhất của bạn và nếu nó bị tổn thương, bạn sẽ không thể tận hưởng cuộc sống cho dù bạn có giàu sang và thành công như thế nào.

Chuyện ăn uống và rèn luyện thể chất

Ngày về Việt Nam sau hai năm học bên Anh, tôi giật mình nhận ra rằng mình đã tăng bảy cân. Khi nhìn lại ảnh của mình hồi mới sang Anh, tôi gần như không còn nhận ra mình nữa. Sau vài hôm suy nghĩ về quãng thời gian hai năm này, tôi mới hiểu ra lý do tại sao. Khi sang Anh, chế độ ăn uống của tôi đã thay đổi hoàn toàn so với khi ở Việt Nam. Tôi sử dụng nhiều đồ ngọt, đồ ăn chứa chất béo và ít rau, trái cây hơn trước. Tôi cũng thường xuyên bỏ bữa sáng, có thói quen ăn mì gói và ăn đêm. Tất cả những thói quen ăn uống tồi tệ này đã khiến tôi béo lên rất nhiều, mà bản thân tôi cũng không nhận ra. Sau gần một năm ở Việt Nam, tôi đã thay đổi thói quen ăn uống, sử dụng những thực phẩm lành mạnh hơn và thường xuyên tập thể dục. Từ đó, tôi đã lấy lại được vóc dáng của mình ngày xưa.

Béo phì đang là một vấn đề quy mô toàn cầu. Theo thống kê của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), tỷ lệ béo phì toàn cầu đã tăng gấp ba lần từ năm 1975. Năm 2016, có tổng cộng 1,9 tỷ người trưởng thành (trên mười tám tuổi) thừa cân và 650 triệu người trong số đó bị béo phì. Cũng trong thời kỳ này, trên 340 triệu trẻ em và thanh thiếu niên từ 5-19 tuổi bị thừa cân hoặc béo phì. WHO đã chỉ ra hai nguyên nhân chính của tình trạng này, bao gồm sự tiêu thụ ngày càng gia tăng đồ ăn có chứa chất béo, và sự giảm vận

động cơ thể do sự thay đổi cách làm việc, phương tiện giao thông và đô thị hóa. Mặc dù béo phì dẫn đến rất nhiều vấn đề sức khỏe nguy hiểm như bệnh tim, đột quỵ và ung thư, WHO khẳng định đây là một căn bệnh có thể phòng tránh và chữa khỏi được.

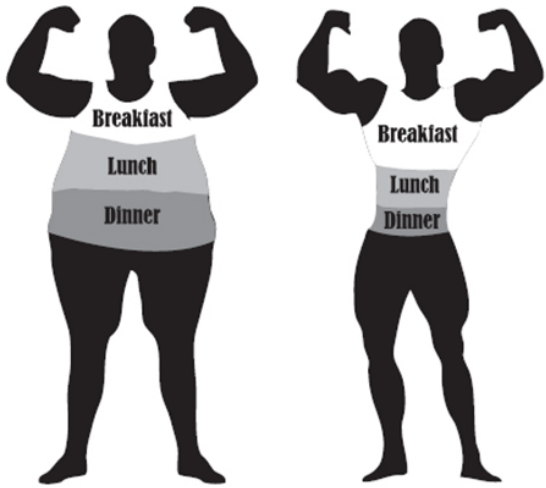
Tầm quan trọng của bữa sáng

Nếu bạn vẫn đang giữ thói quen bỏ bữa sáng, thì bạn nên nghĩ lại và thay đổi hành vi của mình. Một nghiên cứu được thực hiện bởi đại học Harvard, phân tích sức khỏe của hơn 46.000 phụ nữ cho thấy, phụ nữ bỏ bữa sáng có khả năng mắc tiểu đường loại II nhiều hơn 54% những phụ nữ ăn sáng đều đặn mỗi ngày. Một bài báo khác được đăng trên tạp chí thời trang StyleCraze thì chỉ ra rằng việc bỏ bữa sáng có 10 tác hại khủng khiếp đến sức khỏe, trong đó bao gồm tăng nguy cơ mắc các bệnh tim mạch, chứng rụng tóc và chứng đau nửa đầu. Ngoài ra, không ăn sáng còn khiến bạn dễ trở nên cáu giận và làm giảm khả năng nhận thức.

Vậy thì bạn nên ăn gì vào buổi sáng? Trang tư vấn sức khỏe Health đã cung cấp cho bạn một vài gợi ý. Theo tác giả Amanda MacMillan, một bữa sáng lý tưởng cần có đủ tinh chất, chất xơ và protein để giúp bạn nạp đủ năng lượng cho ngày mới. Những thực phẩm bạn có thể cho vào thực đơn bữa sáng bao gồm: yến mạch, sữa chua, bưởi chùm, chuối, trứng, bơ hạnh nhân, dưa hấu, dâu tây, ngũ cốc và nước cam. Còn nếu bạn muốn có một con số cụ thể, thì đại học Columbia (Hoa Kỳ) gợi ý những người không ở chế độ ăn kiêng nên nạp 350 đến 500 calo cho bữa sáng.

Những bí quyết ăn uống khoa học

Có một câu nói rất nổi tiếng của người Đức kể về cách ăn uống khoa học: Hãy ăn sáng như một ông vua, ăn trưa như một chàng hoàng tử và ăn tối như một người nghèo khổ. Các nghiên cứu khoa học đã chỉ ra rằng ăn nhiều vào buổi tối, nhất là các đồ ăn chứa nhiều chất béo và đường, sẽ tác động tiêu cực lên hệ tiêu hóa và làm bạn tăng cân. Nhiều chuyên gia dinh dưỡng còn khuyên rằng nếu bạn muốn giảm cân, bạn chỉ nên ăn rau quả, trái cây vào buổi tối hoặc thậm chí bỏ hoàn toàn bữa tối. Hình ảnh dưới đây được trích dẫn từ trang Silver Star đã khắc họa rõ rệt hậu quả của hai chế độ ăn khác nhau.



Ngoài ra, nếu bạn còn trẻ và muốn theo đuổi một chế độ ăn lành mạnh, thì bạn nên hạn chế hoặc nói không với những thực phẩm và đồ uống sau đây:

• Khoai tây chiên

• Đồ uống có ga và nước giải khát

• Bánh mì trắng

• Kẹo ngọt

• Nước trái cây đóng hộp

• Bánh ngọt

• Kem

• Pizza

Danh sách này còn rất dài, nhưng tôi chỉ muốn kể tên một số đồ ăn và đồ uống được xem là những tác nhân phổ biến nhất gây nên chứng thừa cân và béo phì.

Tôi hiểu rằng đồ ăn ngọt, đồ ăn có chứa chất béo, cà phê hay những thói quen xấu khác như uống rượu bia và hút thuốc là đều có tính chất gây nghiện. Để từ bỏ những thói quen xấu này, hãy đặt ra cho mình những mục tiêu rõ ràng, ví dụ thay vì ăn năm thanh sô-cô-la một ngày xuống còn bốn thanh sô-cô-la một ngày. Từ bỏ những thói quen hại sức khỏe cần sự kiên trì và cố gắng từ từ qua mỗi ngày. Hãy kiên trì với mục tiêu đặt ra và sau đó giảm

dần dần mục tiêu cho đến khi bạn có thể từ bỏ hoàn toàn thói quen đó. Sự động viên từ các thành viên trong gia đình hay sự tư vấn từ các bác sĩ cũng là những nguồn hỗ trợ hữu ích cho bạn.

Thường xuyên rèn luyện thể chất

Nếu bạn không muốn đưa mình vào một chế độ ăn của những người muốn giảm cân và thoải mái ăn những gì mình ưa thích, thì bạn cần thường xuyên luyện tập thể dục, thể thao. Lượng calo mất đi từ việc rèn luyện thể chất sẽ bù đắp lượng calo bạn đã nạp vào từ việc ăn uống. Một lời khuyên rất thực tế và logic phải không nào!

Tập gym, chạy bộ, tham gia các môn thể thao hay những hoạt động ngoại khóa ngoài trời là những lựa chọn giúp bạn giảm lượng calo đã tiêu thụ từ đồ ăn. Nghiên cứu từ Cục Sức khỏe và Dịch vụ Con người của chính phủ Hoa Kỳ gợi ý người trưởng thành cần rèn luyện thể chất ít nhất 30 phút một ngày. Nghiên cứu cũng chỉ ra rằng mức rèn luyện thể chất lý tưởng nhất cho người trên 18 tuổi đó là 150 phút luyện tập nhẹ và 75 phút luyện tập nặng mỗi tuần. Nếu bạn là tín đồ của gym, thì các chuyên gia thể hình khuyên bạn nên đến phòng tập ít nhất ba lần một tuần và mỗi lần tập nên kéo dài khoảng một tiếng, bao gồm thời gian vận động và nghỉ ngơi.

Chỉ số BMI và thước đo sức khỏe

Chỉ số BMI (Body Mass Index) là công cụ đơn giản để bạn đánh giá chính xác tình trạng sức khỏe của mình. Công thức của chỉ số này đó là:

BMI = Cân nặng (đơn vị kg)/Chiều cao2 (đơn vị m)

Ví dụ, nếu cân nặng của bạn là 58 kg và chiều cao của bạn là 1,62m, thì chỉ số BMI của bạn là 58 / (1.62*1.62) = 22.1

Vậy chỉ số BMI nói lên điều gì?

Nó sẽ chỉ ra tình trạng sức khỏe của bạn hiện tại, liệu rằng bạn đang thiếu cân, ở mức lý tưởng, thừa cân hay béo phì. Bảng sau đây sẽ miêu tả chi tiết những thang chỉ số BMI khác nhau.

Phân loại chỉ số BMI

Chỉ số BMI	Tình trạng sức khỏe
Dưới 18.5	Thiếu cân
18.5 - 24.9	Cân nặng lý tưởng
25 - 29.9	Thừa cân
30 - 34.9	Béo phì loại I
35 - 39.9	Béo phì loại II
Trên 40	Béo phì nghiêm trọng

Như vậy, nếu chiều cao và cân nặng của bạn trùng khớp với ví dụ của tôi vừa rồi, thì xin chúc mừng bạn! Bạn đang ở trong ngưỡng cân nặng lý tưởng. Tuy nhiên, bạn nên thường xuyên kiểm tra chỉ số BMI của mình để cập nhật tình hình sức khỏe của bản thân. Chiều cao là một yếu tố rất khó thay đổi, nhưng cân nặng lại có thể tăng rất nhanh nếu bạn thường xuyên ăn nhiều đồ có chứa chất béo và lười tập thể dục. Ngoài ra, bạn cũng nên thường xuyên đi khám sức khỏe tổng quan tại các trung tâm y tế uy tín để kịp thời xác định những vấn đề của cơ thể (nếu có) và kịp thời xử lý.

Tổng kết hành trang 11

Người trong độ tuổi 18-60 cần ngủ ít nhất bảy tiếng một ngày để có được sức khỏe tốt.

Không ngủ đủ giấc trong thời gian dài sẽ làm tăng nguy cơ mắc các bệnh béo phì, tiểu đường, tim mạch, đột quỵ và trầm cảm.

Sức khỏe là tài sản quý giá nhất của bạn và nếu nó bị tổn thương, bạn sẽ không thể tận hưởng cuộc sống cho dù bạn có giàu sang và thành công như thế nào.

Hành trang 12
Phát triển các mối quan hệ xã hội

Dành thời gian cho gia đình và người thân

Trong quãng thời gian du học, điều làm tôi suy nghĩ mỗi ngày đó là không thể dành thời gian bên cạnh gia đình và người thân. Tuy nhiên, việc không thể ở bên người thân là một nỗi buồn mà du học sinh nào cũng phải trải qua.

Ba tôi sinh ra và lớn lên tại làng lụa Vạn Phúc, Hà Đông (nay là một quận của Hà Nội). Mẹ tôi là người con mảnh đất Nga Sơn, Thanh Hóa. Sự cố gắng mỗi ngày của ba mẹ đã giúp anh em tôi có tương lai tươi sáng như ngày hôm nay. Sự cố gắng đó cũng đã dạy cho chúng tôi bài học về giá trị của sự lao động chân chính và đồng tiền. Tôi còn nhớ những ngày thơ ấu khó khăn phải sống trong căn nhà tập thể chật chội, khi mà ba tôi phải đi bán đậu phụ và mẹ tôi phải mở một cửa hàng tạp hóa nho nhỏ để kiếm thêm tiền trang trải cho cuộc sống. Ngày đó, việc du học châu Âu hay đi chu du các nước trên thế giới chỉ là một giấc mơ xa vời với hai anh em tôi.

Tôi cũng thật may mắn khi được lớn lên trong một gia đình với những nếp sống văn minh. Mẹ tôi không chỉ giỏi việc nội trợ, mà còn là một người đóng góp tài chính rất lớn cho gia đình. Ba tôi ngoài việc hoàn thành tốt các nhiệm vụ ở cơ quan còn chủ động phụ mẹ tôi việc nhà như nấu ăn, rửa chén và lau dọn nhà cửa. Cũng chính vì sự phân chia công bằng trong việc nhà và việc cơ quan này mà tôi đã nuôi dưỡng trong tâm hồn mình một cái nhìn rất cởi mở về bình đẳng giới và quyền phụ nữ.

Sở dĩ tôi lại kể câu chuyện về gia đình mình là bởi vì tôi muốn

nhắn nhủ đến bạn một điều. Nếu bạn còn trẻ và vẫn còn nhìn thấy ba mẹ mỗi ngày, hãy yêu thương và giúp đỡ họ. Hãy hỏi thăm họ mỗi ngày, hãy nói với họ những lời yêu thương, hãy giúp đỡ họ làm việc nhà và hãy làm họ tự hào bằng những thành tích học tập của bạn. Kể cả khi bạn đã đi du học, bạn vẫn nên thường xuyên gọi điện thăm hỏi ba mẹ. Bạn đâu biết được, ngày mai khi tỉnh giấc, bạn còn nhìn thấy họ hay không.

Và bạn cũng nên dành tình yêu thương của mình cho những người thân của bạn. Ông bà nội tôi tính đến nay có tổng cộng tám người con cả dâu, rể và tám người cháu. Trong đó có bốn người con và bảy người cháu đã sang Đức sinh sống, làm việc và học tập. Mỗi lần có cơ hội về Việt Nam, tôi đều dành thời gian thăm ông bà nội và cầu chúc ông bà sẽ sống mãi bên con cháu. Thành công, sự nghiệp và tiền bạc đều có thể kiếm được. Nhưng một khi bạn mất đi người thân và gia đình, sẽ không có cách nào lấy lại được.

Phát triển các mối quan hệ bạn bè và các mối quan hệ chuyên nghiệp

Phát triển các mối quan hệ bạn bè

Tôi cảm thấy thật may mắn khi có những người bạn tốt xung quanh mình. Họ đến từ những nền văn hóa khác nhau, nói những ngôn ngữ khác nhau và lớn lên ở những môi trường xã hội khác nhau. Nhưng điều làm tôi hạnh phúc đó là họ luôn sẵn sàng giúp đỡ tôi, cho tôi những lời khuyên lúc khó khăn và lắng nghe tôi mỗi khi tôi thất bại. Tôi không thể tưởng tượng cuộc sống của mình sẽ ra sao nếu thiếu vắng những người bạn.

Hãy chủ động kết bạn mới mỗi ngày. Hãy tham gia các câu lạc bộ ở trường để tìm những người bạn có cùng sở thích, các sự kiện cộng đồng hay các chương trình tình nguyện ở địa phương để làm quen với những người bạn sống xung quanh bạn. Bạn cũng có thể tận dụng Internet và mạng xã hội để kết nối với những người bạn có chung niềm đam mê hoặc thuộc cùng một tổ chức.

Đừng giới hạn việc kết bạn vào những người bạn cùng trường, cùng thành phố hoặc sống ở Việt Nam. Hãy mở rộng vòng tròn của bạn ra những người bạn trên khắp mảnh đất Việt Nam hoặc ở các quốc gia khác trên thế giới. Họ sẽ đem lại cho bạn những trải nghiệm tuyệt vời và giúp bạn học hỏi được nhiều điều mới mẻ.

Phát triển các mối quan hệ chuyên nghiệp

Ở tuổi 20, bạn nên tích cực mở rộng các mối quan hệ chuyên

nghiệp để hỗ trợ sự nghiệp tương lai của bạn. Internet và các trang mạng xã hội nghề nghiệp như LinkedIn đã khiến cho quá trình này trở nên dễ dàng hơn bao giờ hết. Dù cho người bạn muốn mở rộng mối quan hệ có bận rộn như thế nào, thì với sự chân thành và cởi mở, bạn sẽ kết nối được với họ. Dưới đây là những nhóm người mà theo tôi nghĩ bạn nên làm quen vì họ sẽ giúp ích cho bạn rất nhiều trong tương lai, khi bạn ra trường và tìm kiếm việc làm hay muốn tự tay phát triển một dự án khởi nghiệp.

• Phóng viên, nhà báo: Nếu doanh nghiệp của bạn vừa ra mắt một sản phẩm mới, việc quảng bá nó sẽ trở nên dễ dàng hơn rất nhiều khi bạn quen một phóng viên hoặc nhà báo. Bản thân tôi quen các phóng viên của nhiều tờ báo lớn tại Việt Nam như Kênh 14, VnExpress, Dân Trí, Genk, CafeBiz và Zing. Mỗi lần tôi cần sự hỗ trợ về mặt truyền thông, họ đều rất sẵn lòng.

• Doanh nhân thành đạt: Những doanh nhân thành đạt sẽ đưa ra cho bạn rất nhiều lời khuyên trong quá trình phát triển sự nghiệp. Họ cũng là những đối tác và nhà đầu tư tiềm năng cho các dự án của bạn.

• Doanh nghiệp: Kết nối với doanh nghiệp không chỉ giúp bạn có một nguồn tài chính khả thi khi gặp khó khăn, mà còn giúp bạn mở rộng cơ hội việc làm. Doanh nghiệp mà bạn quen biết hồi học đại học rất có thể trở thành nhà tuyển dụng của bạn trong tương lai. Ví dụ, trung tâm anh ngữ nơi mà tôi từng dạy IELTS cũng đã mời tôi tham gia rất nhiều dự án khác, như phát triển ứng dụng di động học IELTS, phát triển website học IELTS, làm diễn giả tại các sự kiện du học và trường phổ thông.

• Người có ảnh hưởng: Cũng giống như phóng viên và nhà báo, người có ảnh hưởng trong cộng đồng sẽ giúp bạn truyền tải thông điệp của mình đến công chúng. Đừng quên sẵn sàng giúp đỡ họ nếu bạn có thể, để cho mối quan hệ của hai bạn được kéo dài.

• Đồng nghiệp hoặc người đi trước trong lĩnh vực chuyên môn của bạn: Bản thân tôi luôn tìm kiếm và kết bạn với những tác giả sách trong và ngoài nước, những giáo viên IELTS và những nhà báo có kinh nghiệm. Họ không những cung cấp cho tôi những lời khuyên về mặt chuyên môn, mà còn rất sẵn lòng tham gia các dự án mà tôi tổ chức.

Giữ gìn các mối quan hệ

Một khi bạn đã xây dựng thành công một mối quan hệ, bước tiếp theo là giữ gìn mối quan hệ đó.

Đừng nói "không" trước những lời đề nghị hợp tác hoặc giúp đỡ

Tôi đã từng nhận được rất nhiều câu hỏi về IELTS qua email, điện thoại và tin nhắn. Người hỏi tôi về bí kíp luyện thi, người hỏi tôi về trung tâm dạy IELTS uy tín trên địa bàn Hà Nội, người thì hỏi tôi về việc phúc tra do điểm IELTS của họ không được như mong muốn. Cũng có rất nhiều người bạn cũ của tôi gửi các bài luận và bài thuyết trình bằng tiếng Anh để tôi có thể xem và góp ý.

Mỗi lần nhận được lời đề nghị như vậy, tôi đều cố gắng giúp đỡ hết mình. Kể cả khi tôi không có câu trả lời, tôi sẽ đưa ra gợi ý cho người đó về những nguồn thông tin hoặc cá nhân khác mà họ có thể tham khảo và liên hệ. Hãy luôn cố gắng giúp đỡ người khác trong khả năng của bạn. Một khi ai đó đã liên hệ bạn yêu cầu giúp đỡ, có nghĩa là họ đã đặt sự tin tưởng vào bạn. Cho dù bạn không có câu trả lời, hãy cho họ một lời khuyên hoặc gợi ý liên hệ.

Thường xuyên hỏi thăm các mối quan hệ của bạn

Bạn nên thường xuyên nhắn tin hoặc gửi email thăm hỏi bạn bè và những mối quan hệ chuyên nghiệp. Hành động này tuy nhỏ bé nhưng sẽ khiến những mối quan hệ của bạn cảm thấy được tôn trọng và quan tâm. Trong rất nhiều trường hợp, mở đầu câu chuyện bằng cách hỏi thăm nhau là cách hiệu quả để bạn tiếp tục bàn luận những chủ đề khác như xin lời khuyên hoặc xin tài trợ.

Cách viết email chuyên nghiệp

Tôi đã rất ngạc nhiên khi thấy rằng nhiều sinh viên đại học vẫn không biết cách viết một bức thư điện tử, nhất là trong những bối cảnh trang trọng như gửi thư cho nhà tuyển dụng hoặc cho thầy cô giáo. Rất nhiều bạn khi gửi email thậm chí không đặt tiêu đề cho bức thư, không có lời chào, không có lời kết, sử dụng từ lóng, biểu tượng cảm xúc và viết sai chính tả. Nếu bạn viết email hỏi thăm một người bạn thân hoặc anh, chị, em trong gia đình, điều này hoàn toàn không có vấn đề gì. Nhưng nếu bạn viết email trong một bối cảnh trang trọng, thì những thói quen như vậy sẽ hủy hoại hình ảnh của bạn.

Dưới đây là một số bí kíp cho việc viết email chuyên nghiệp mà tôi muốn chia sẻ với bạn.

• Đặt tiêu đề cho bức thư: Tiêu đề email phụ thuộc vào mục đích

của bạn.

• Mở đầu thư: Hãy mở đầu email bằng những cụm từ như Thân gửi hoặc Kính gửi, phụ thuộc vào người nhận và mối quan hệ của họ với bạn.

• Tạo khoảng cách giữa những đoạn văn trong bức thư: Nếu email của bạn dài, bạn nên cân nhắc việc cách một dòng sau khi viết xong mỗi đoạn văn. Việc làm này sẽ giúp người nhận dễ dàng theo dõi thông tin của bức thư.

• Sử dụng số thứ tự cho việc liệt kê: Nếu bạn muốn liệt kê những câu hỏi hoặc yêu cầu, bạn nên sử dụng số thứ tự hoặc gạch đầu dòng, thay vì viết chúng dưới dạng đoạn văn.

• Cẩn thận với việc sử dụng ngôn ngữ: Từ lóng, biểu tượng cảm xúc hay từ viết tắt đều nên được hạn chế khi viết email chuyên nghiệp. Bạn cũng nên kiểm tra chính tả của bức thư trước khi ấn nút gửi.

• Lời kết thư: Một số cấu trúc câu bạn có thể sử dụng để kết thúc bức thư đó là "Cảm ơn anh đã đọc email này. Tôi mong sớm nhận được phản hồi của anh", "Cảm ơn sự hỗ trợ của chị. Chúc chị một cuối tuần vui vẻ" hoặc "Cảm ơn anh đã gọi cho tôi. Làm ơn cho tôi biết thời gian rảnh của anh để tôi có thể gọi lại cho anh".

Để áp dụng những bí quyết trên, chúng ta hãy cùng tập luyện nhé. Hãy hình dung bạn muốn liên hệ giáo viên để yêu cầu gửi thêm bài tập. Email hoàn chỉnh của bạn có thể viết như sau:

Kính gửi thầy Hùng,

Em là Đức, học sinh lớp quản trị nhân lực của thầy tại trường Đại học Bách Khoa. Trước tiên, em cảm ơn thầy đã đồng hành cùng em và các bạn khóa K50 trong suốt sáu tháng vừa qua.

Hiện nay em đang ôn tập để thi môn quản trị nhân lực cuối học kỳ. Em đã lên thư viện để mượn sách về quản trị nhân lực trong môi trường doanh nghiệp và đọc chúng. Nhưng đây đều là sách cho những anh chị bậc cao học trở lên, vậy nên em cảm thấy khó khăn trong việc hiểu nội dung của chúng.

Chính vì vậy, thầy có thể làm ơn gửi cho em qua email một số bài tập kèm đáp án cho môn quản trị nhân lực mà thầy đang dạy ở trường được không ạ? Những tài liệu này sẽ giúp em rất nhiều trong quá trình ôn tập và thi đỗ môn.

Cảm ơn thầy đã đọc thư và em mong sớm nhận được hồi âm của thầy. Chúc thầy một cuối tuần vui vẻ!

Mai Đức

Bạn nghĩ sao về cuốn sách **"20 hành trang cho chuyến xe tuổi 20s"** mà bạn đang cầm trên tay? Hãy gửi email cho tôi để nêu cảm nghĩ của bạn nhé: nguyenmaiduc123@gmail.com

Tổng kết Hành trang 12

Thành công, sự nghiệp và tiền bạc đều có thể kiếm được. Nhưng một khi bạn mất đi người thân và gia đình, sẽ không có cách nào lấy lại được.

Hãy mở rộng vòng tròn của bạn ra những người bạn trên khắp mảnh đất Việt Nam hoặc ở các quốc gia khác trên thế giới.

Ở tuổi hai mươi, bạn nên tích cực mở rộng các mối quan hệ chuyên nghiệp để hỗ trợ sự nghiệp tương lai của bạn.

Thường xuyên hỏi thăm đối phương sẽ khiến những mối quan hệ của bạn cảm thấy được tôn trọng và quan tâm.

Hành trang 13
Làm chủ mạng xã hội và công nghệ

Mạng xã hội đang trở thành một phần không thể thiếu của cuộc sống hiện đại. Và nó đang tăng trưởng một cách chóng mặt ở Việt Nam. Theo công ty công nghệ Appota, hàng ngày Việt Nam có 36 triệu người sử dụng mạng xã hội. Việt Nam cũng là nước đứng thứ bảy thế giới về số lượng người sử dụng Facebook với con số 64 triệu người tính đến tháng 7/2017. Điều này có nghĩa, cứ 10 người Việt Nam thì sẽ có hơn sáu người sử dụng Facebook.

Sử dụng mạng xã hội với thời gian hợp lý

Nghiện mạng xã hội đã trở thành một hội chứng ở nhiều quốc gia trên thế giới. Theo TFE Times, trung bình người dùng ở độ tuổi 15 đến 19 trên toàn cầu dành ít nhất ba giờ mỗi ngày lướt mạng xã hội, trong khi con số này của người dùng tuổi từ 20 đến 29 là hai giờ. 18% người dùng thừa nhận không thể không kiểm tra các trang mạng xã hội mà họ sử dụng trong một vài giờ. Trung bình một người dùng điện thoại thông minh cài 7.4 ứng dụng mạng xã hội trên thiết bị của họ.

Chúng ta không thể phủ nhận những mặt tích cực của việc sử dụng mạng xã hội. Cập nhật tin tức, trò chuyện với bạn bè, tìm kiếm thông tin sản phẩm hay kết nối với những người có chung niềm đam mê là những lợi ích như thế. Tuy nhiên, sử dụng mạng xã hội cũng có những điểm hại của nó. Các nghiên cứu xã hội học đã chỉ ra rằng việc sử dụng mạng xã hội quá mức sẽ làm tăng cảm giác tuyệt vọng, chán nản và bị xã hội cách ly. Việc so sánh cuộc sống của người khác với cuộc sống của chúng ta thông qua những bài đăng trên mạng xã hội cũng khiến tinh thần và khả năng tập trung giảm sút. Ngoài ra, có nhiều bạn trên mạng xã hội không

đồng nghĩa với việc bạn có một cuộc sống tinh thần thoải mái và sung túc.

Mạng xã hội chỉ là một công cụ và nó không có lỗi. Cách chúng ta sử dụng mạng xã hội sẽ quyết định giá trị sử dụng của nó. Hãy giảm bớt thời gian lướt News Feed, đăng ảnh, chia sẻ video hay like các bài viết trên mạng xã hội. Hãy dành nhiều thời gian hơn cho các hoạt động thể chất và giao lưu với bạn bè, và bạn sẽ cảm thấy tinh thần thoải mái hơn rất nhiều. Bản thân tôi cũng đã từng là một người nghiện mạng xã hội. Tôi kiểm tra Facebook hàng chục lần mỗi ngày và không thể rời nó dù chỉ trong vài giờ. Điều tồi tệ đó là Facebook sẽ thông báo khi nào các bài đăng của bạn được 10,000 like hay 20,000 nghìn like, nhưng nó không bao giờ cho bạn biết bạn đã dành bao nhiêu thời gian cho nó.

Tôi đã quyết tâm "cai nghiện" mạng xã hội bằng cách xóa tất cả các ứng dụng mạng xã hội trên điện thoại thông minh và chỉ kiểm tra mạng xã hội hai đến ba lần mỗi ngày trên laptop. Tôi dành nhiều thời gian hơn cho công việc, việc học và tham gia các hoạt động ngoại khóa với bạn bè. Kết quả thật tuyệt vời khi mà tôi đã cảm thấy tinh thần được cải thiện rất nhiều và có nhiều thời gian hơn để thực hiện những công việc có ích.

Đăng gì trên mạng xã hội?

Theo thống kê của CareerBuilder, có khoảng 70% nhà tuyển dụng sẽ kiểm tra những tài khoản mạng xã hội của ứng viên trước khi nhận làm việc. 54% nhà tuyển dụng đã quyết định không nhận ứng viên vào làm việc do những gì họ đăng trên mạng xã hội. Hơn một phần ba nhà tuyển dụng từng khiển trách hoặc thậm chí đuổi việc nhân viên vì đã đăng những thông tin không phù hợp lên mạng xã hội. Còn trong lĩnh vực giáo dục, nhiều trường đại học trên thế giới, bao gồm ngôi trường Harvard lừng danh, đã từng cho các sinh viên nghỉ học vì lý do đăng những bức ảnh khiêu dâm hoặc những lời lẽ tục tĩu và phân biệt chủng tộc trên mạng xã hội. Mạng xã hội thực sự là một con dao hai lưỡi và nếu không được sử dụng thông minh, con dao đó sẽ chống lại chính bạn.

Hãy đăng những thông tin tích cực và có giá trị

Đừng ngần ngại chia sẻ những kỷ niệm và bài học đáng nhớ trên quãng đường đời của bạn. Bạn cũng có thể chia sẻ về những dự án trong tương lai, công việc hiện tại hoặc những kiến thức mà bạn cảm thấy hữu ích. Hãy thể hiện bạn là một người chuyên nghiệp trên thế giới mạng và giúp người khác học hỏi được những điều có

ích nhờ việc kết nối với bạn trên mạng xã hội.

Những thông tin bạn không nên đăng trên mạng xã hội bao gồm những trạng thái tiêu cực của bản thân, những thông tin không có giá trị về mặt nội dung, những hình ảnh khiêu dâm, những lời lẽ tục tĩu, phân biệt giới tính hoặc phân biệt chủng tộc. Còn nếu bạn nghĩ rằng những hình ảnh uống rượu bia sẽ giúp bạn trông thật "ngầu" trên mạng xã hội, thì đây là lý do khiến 38% nhà tuyển dụng từ chối đơn xin việc của các ứng viên, theo CareerBuilder.

Chăm chút cho trang cá nhân của bạn

Nếu bạn nghĩ rằng cách an toàn nhất để trốn tránh sự soi mói của nhà tuyển dụng là không đăng gì trên mạng xã hội, thì thống kê của CareerBuilder lại cho thấy 57% nhà tuyển dụng sẽ cân nhắc loại bạn sau vòng xét duyệt hồ sơ nếu họ không tìm thấy bạn trên mạng xã hội. Ngoài ra, 25% nhà tuyển dụng cũng kỳ vọng bạn sử dụng ít nhất một trang mạng xã hội và đăng những nội dung tích cực trên đó.

Chính vì vậy, lời khuyên của tôi đó là ngoài việc đăng những thông tin tích cực và có giá trị, hãy thường xuyên cập nhật những phần khác nhau của trang cá nhân như tiểu sử học vấn, kỹ năng mềm, kinh nghiệm làm việc hoặc những dự án tình nguyện mà bạn đã tham gia. Hãy để nhà tuyển dụng hoặc trường đại học bạn mơ ước thấy rằng bạn là một ứng cử viên sáng giá khi mà họ "săm soi" trang cá nhân của bạn.

Ngoài những trang mạng xã hội phổ biến trong giới trẻ như Facebook, Instagram và Twitter, bạn cũng nên lập một tài khoản LinkedIn. LinkedIn được biết đến là một trang Facebook cho những chuyên gia (Facebook for Professionals), giúp bạn xây dựng một lý lịch công tác của bản thân, tìm việc làm và kết nối với những nhà tuyển dụng.

Phản ứng trước những thông tin tục tĩu chống lại bạn

Trong Vlog số 50, chàng du học sinh Mỹ kiêm Vlogger nổi tiếng JVevermind đã thảo luận về một chủ đề nhận được nhiều sự quan tâm của giới trẻ: Làm thế nào để đối phó với những kẻ căm ghét bạn? Theo JVevermind, sẽ luôn có những kẻ sẵn sàng buông những lời lẽ tục tĩu, miệt thị bạn, nhất là trên thế giới mạng. Vlogger này chia sẻ cách phản ứng tốt nhất không phải là bắt đầu một cuộc khẩu chiến với những người căm ghét bạn, mà hãy làm

ngơ những lời lẽ miệt thị của họ.

Tôi hoàn toàn đồng ý với quan điểm này của JVevermind. Bạn không có nhiệm vụ phải làm vừa lòng tất cả mọi người trên thế giới mạng. Đáp lại những lời lẽ tục tĩu bằng những từ ngữ thiếu văn hóa không những làm xấu hình ảnh của bạn, mà còn tạo cơ hội cho những người căm ghét bạn tiếp tục hành vi miệt thị của họ. Đừng dành thời gian quý giá của bạn để quan tâm đến những người như vậy. Hãy làm việc trong im lặng và để thành công của bạn lên tiếng.

Bắt nạt trên mạng (cyber-bullying) là một hệ quả tiêu cực của mạng xã hội. Theo thống kê của tổ chức i-SAFE, trung bình hơn một nửa thanh thiếu niên trên toàn cầu đã bị bắt nạt trên mạng, trong khi hơn một phần tư thừa nhận đã bị bắt nạt "một cách liên tục". Trong buổi giao lưu với các em học sinh trường THPT FPT tại Hà Nội, tôi đã liệt bắt nạt trên mạng là một trong những vấn đề toàn cầu của xã hội hiện đại, mà nạn nhân chính là trẻ vị thành niên. Mặc dù đây là một vấn đề nghiêm trọng, chỉ khoảng một nửa người trẻ chia sẻ việc bị bắt nạt cho cha mẹ, trong khi dưới 20% các vụ bắt nạt trên mạng được các cơ quan chức năng ghi nhận và xử lý.

Nếu bạn là nạn nhân của cyber-bullying hay chứng kiến việc này xảy ra, đừng im lặng. Tất cả các mạng xã hội đều có chức năng xóa hoặc báo cáo những bình luận và nội dung mang tính xúc phạm. Ngoài ra, bạn cũng đừng ngần ngại báo cáo vấn đề này với thầy cô, cha mẹ hoặc thậm chí cơ quan chức năng. Việc xúc phạm người khác dù là trên thế giới mạng hay ngoài đời thật cũng được coi là một hành vi vi phạm pháp luật tại Việt Nam và hầu hết các quốc gia trên thế giới.

Sử dụng mạng xã hội ngoài mục đích giải trí

Ngoài mục đích đăng ảnh đi chơi và chia sẻ những video hài hước, bạn có thể làm gì với mạng xã hội? Mạng xã hội sẽ thực sự trở thành một công cụ đắc lực cho cuộc sống, việc học và sự nghiệp của bạn nếu được sử dụng đúng cách.

Mục đích cập nhật tin tức

News Feed là một công cụ được kiểm soát tự động và nội dung của nó sẽ dựa vào lịch sử tương tác của bạn. Nếu bạn thường xuyên theo dõi các trang báo lá cải, thích các bức ảnh tự sướng hay chia sẻ những video clip hát nhép vô bổ, thì News Feed của bạn sẽ luôn

tràn ngập những thông tin như vậy. Nhưng nếu bạn theo dõi các trang báo chính thống, thích những bài viết truyền tải kiến thức hay chia sẻ những thông tin học thuật có giá trị, thì News Feed của bạn và nhiều người khác sẽ tràn ngập những thông tin hữu ích như vậy.

Trên Facebook, tôi chỉ thích và theo dõi một vài trang. Lý do đó là tôi muốn sử dụng Facebook để nhận được những cập nhật từ bạn bè và người thân. Còn trên YouTube, Twitter và LinkedIn, tôi chỉ theo dõi các trang báo chính thống và những người nổi tiếng có ảnh hưởng tích cực đến xã hội. World Economic Forum, Ted Talks, The Verge, Tech Insider, Digital Trends, The Wall Street Journal, Forbes, Bloomberg, Fortune hay Financial Times là ví dụ về những kênh mà tôi theo dõi. Mỗi lần mở Twitter hay LinkedIn, thay vì thấy những bức ảnh tự sướng hay ăn chơi ở quán bar, tôi sẽ tiếp cận được những thông tin cập nhật và kiến thức bổ ích.

Mục đích học tập và tìm kiếm thông tin chuyên môn

Nếu bạn là sinh viên, mạng xã hội là nơi lý tưởng để gia nhập những nhóm chia sẻ kiến thức hay có cùng đam mê, ví dụ học IT. Bạn cũng có thể kết nối với những bạn cùng khóa để hỏi bài tập, hay trò chuyện với những anh chị khóa trước để xin lời khuyên về quá trình tìm việc làm sau khi ra trường. Bên cạnh đó, mạng xã hội với lượng người dùng khổng lồ của nó cũng là kho tàng kiến thức chuyên môn vô tận. Bản thân tôi theo dõi nhiều trang web học IELTS và giáo viên dạy tiếng Anh trên Twitter và LinkedIn để học hỏi những bí quyết dạy học và thiết kế bài giảng của họ. Nếu bạn đam mê nhiếp ảnh, hãy theo dõi các nhiếp ảnh gia nổi tiếng. Nếu bạn muốn làm việc cho ngành kiểm toán sau khi ra trường và muốn hiểu hơn về lĩnh vực này, hãy theo dõi trang mạng xã hội của những công ty kiểm toán nổi tiếng ở Việt Nam và trên thế giới.

Mục đích kết bạn

Mạng xã hội là nơi bạn có thể làm quen với những người bạn có cùng sở thích, đam mê, học cùng một trường hoặc sống cùng một thành phố. Tính toàn cầu của mạng xã hội còn cho phép bạn kết nối với những người bạn ở khắp mọi nơi trên thế giới, không chỉ ở Việt Nam. Không những là một nguồn động viên tinh thần, những người bạn trên mạng xã hội còn có thể giúp bạn ngoài đời thật. Nếu bạn có dự định du lịch đến một thành phố hoặc quốc gia, thì những người dân bản địa mà bạn quen trên mạng xã hội có thể trở thành hướng dẫn viên du lịch miễn phí cho bạn.

Mục đích tìm kiếm cơ hội việc làm

Nếu bạn biết sử dụng đúng cách, thì những trang mạng xã hội được coi là giải trí đơn thuần như Facebook, Instagram, Twitter hay Pinterest có thể trở thành công cụ tìm kiếm việc làm đắc lực. Hãy tham gia vào các nhóm tìm việc làm, theo dõi trang cá nhân của các công ty mà bạn mơ ước hay những nhân sự cấp cao của họ. Lợi thế của việc theo dõi này là bạn có thể trực tiếp liên hệ công ty để đặt câu hỏi trong quá trình xin việc.

Cẩn trọng trước những trang "báo lá cải"

Báo lá cải là cụm từ rất phổ biến trên thế giới mạng trong một vài năm trở lại đây. Nó ám chỉ những trang báo mạng không rõ nguồn gốc, đăng những bài đăng không được kiểm duyệt hoặc có nội dung không đáng tin cậy. Mặc dù vậy, những thông tin của báo lá cải lại rất hấp dẫn người đọc và có tốc độ lan truyền chóng mặt vì tiêu đề "nóng hổi" và nội dung "giật gân" của nó. Những thông tin bịa đặt về trúng giải thưởng hay những câu chuyện không có căn cứ về người nổi tiếng là những ví dụ về nội dung của báo lá cải.

Đọc và chia sẻ những bài đăng của báo lá cải không những làm bạn tiếp cận với những thông tin vô căn cứ, không chính xác, mà còn ảnh hưởng trực tiếp đến quá trình tiếp cận thông tin của người khác. Một khi bạn chia sẻ một bài đăng, nó có thể được nhìn thấy bởi hàng trăm bạn bè của bạn trên Facebook, và rồi họ có thể tiếp tục chia sẻ nó cho hàng nghìn người khác nữa. Việc làm này, một cách không mong muốn, tạo cơ hội cho các báo lá cải tiếp tục phát triển và tuyên truyền những thông tin không chính xác.

Vậy làm thế nào để nhận biết và tránh xa báo lá cải? Lời khuyên đầu tiên đó là hãy theo dõi những trang báo chính thống và có uy tín. Một trang báo chính thống có thể được nhà nước cấp phép hoạt động, có lượng người theo dõi lớn hoặc có lịch sử cung cấp thông tin chính xác. Nếu một thông tin bạn đọc được trên mạng xã hội không được các trang báo chính thống này đăng tải, thì khả năng cao đó là tin không chính xác. Ngoài ra, bạn cũng nên nhớ rằng bất kỳ ai cũng có thể tạo một tài khoản mạng xã hội và đăng bài. Vì thế, một bài đăng từ một trang cá nhân phải được đánh giá với sự cẩn trọng. Hãy xem tiểu sử của người đó, những thông tin mà họ đã đăng trong quá khứ hay bình luận của người khác về những thông tin đó. Hãy kiểm chứng những gì họ nói với những trang báo chính thống. Sự bất cẩn có thể khiến bạn rơi vào bẫy của những kẻ lừa đảo trên mạng xã hội.

Các ứng dụng di động không thể thiếu cho công dân trẻ thời hiện đại

Nếu bạn là một người sử dụng thiết bị di động, thì ứng dụng là một phần không thể thiếu của cuộc sống hàng ngày. Trước bối cảnh có hàng triệu ứng dụng di động trên các nền tảng khác nhau, việc lựa chọn những ứng dụng phù hợp có thể khiến bạn đau đầu. Dưới đây là gợi ý về năm loại ứng dụng di động không thể thiếu cho chiếc điện thoại thông minh hoặc máy tính bảng của bạn.

• Tin tức: Những ứng dụng tin tức sẽ giúp bạn bắt nhịp với những gì đang diễn ra trên khắp thế giới và những xu hướng mới của xã hội. Một số ứng dụng tin tức mà tôi cài đặt trên máy điện thoại là VnExpress, CNN, BBC News, The New York Times, Business Insider và Reuters.

• Giáo dục: Hãy để chiếc điện thoại thông minh giúp bạn trau dồi kiến thức hoặc học hỏi những kỹ năng mới mỗi ngày. Học ngoại ngữ, từ điển, máy tính điện tử hay dạy kỹ năng lập trình là những ứng dụng giáo dục bạn có thể tải về máy.

• Liên lạc: Các ứng dụng di động cũng có thể được sử dụng trong việc liên lạc với bạn bè và người thân. Một số ứng dụng phổ biến với chức năng liên lạc ở Việt Nam đó là Gmail, Facebook Messenger, Viber, Zalo, Facetime và WhatsApp.

• Du lịch: Nếu bạn thường xuyên phải di chuyển hoặc du lịch đến những thành phố mới, bạn nên cài đặt về máy một vài ứng dụng du lịch, ví dụ bản đồ, chỉ đường, đặt xe taxi, tìm phòng khách sạn hoặc săn vé máy bay giá rẻ.

• Giải trí: Và đừng quên rằng chiếc điện thoại thông minh có thể trở thành công cụ giải trí lý tưởng trong thời gian rảnh rỗi. Những ứng dụng trò chơi điện tử, những ứng dụng nghe nhạc hay xem video trực tuyến là một số sự lựa chọn giải trí cho bạn.

Làm thế nào để đánh giá ứng dụng?

Có nhiều cách giúp bạn đánh giá một ứng dụng di động trước khi tải về máy. Bạn có thể nhìn vào uy tín và lịch sử phát triển của nhà phát hành, đánh giá của những người đã sử dụng ứng dụng hay đơn giản tải nó về để dùng thử. Phần lớn các ứng dụng trả tiền đều có bản miễn phí để bạn dùng thử trước khi quyết định nâng cấp.

An ninh mạng

Ở kỷ nguyên số, rất nhiều thao tác của cuộc sống hàng ngày được thực hiện trên Internet, từ giao dịch ngân hàng, mua sắm, đặt taxi, đặt phòng khách sạn đến liên lạc với bạn bè. Mặc dù Internet và công nghệ nói chung đã giúp cho cuộc sống của chúng ta tiện nghi và thoải mái hơn rất nhiều, nó là nguyên nhân trực tiếp dẫn đến những nguy cơ về an ninh mạng. Nếu bạn nghĩ rằng an ninh mạng là một vấn đề của các quốc gia phát triển hoặc chỉ ảnh hưởng đến giới nhân viên văn phòng, thì bạn nên nghĩ lại sau khi đọc những số liệu thống kê sau đây.

Theo thống kê của Liên minh An ninh mạng Toàn cầu (GCA), trong năm 2016 đã có tổng cộng 421 tỷ đơn vị dữ liệu bị tin tặc đánh cắp trên quy mô toàn cầu. Nói cách khác, 35 đơn vị dữ liệu bị sẽ bị lấy mất mỗi giây và hơn ba triệu đơn vị dữ liệu sẽ bị lấy mất mỗi ngày. Khu vực công là nạn nhân của 57% các vụ tấn công mạng trên toàn thế giới, trong khi các khu vực chịu ảnh hưởng nặng nề khác đó là công nghệ (16%), chăm sóc y tế (5%) và tài chính (2%).

Trong năm 2016, thế giới ghi nhận 974 vụ rò rỉ thông tin cá nhân, trong đó có 29 vụ ảnh hưởng hơn một triệu đơn vị dữ liệu. Các nguy cơ về an ninh mạng không chỉ ảnh hưởng những người sử dụng Internet, các doanh nghiệp, mà còn ảnh hưởng đến chính phủ và các nền kinh tế khi mà các hệ thống cơ sở hạ tầng của họ được kết nối chặt chẽ với nhau nhờ công nghệ. Đến năm 2019, tội phạm mạng sẽ làm nền kinh tế thế giới tổn thất 1.7 nghìn tỷ đô la Mỹ.

Việt Nam mặc dù là một nước đang phát triển nhưng có khả năng thích ứng công nghệ rất nhanh và vì thế cũng chịu ảnh hưởng nặng nề từ tội phạm mạng. Báo cáo của Bộ Công an cho thấy năm 2016, có gần 7,000 website và cổng thông tin điện tử của Việt Nam bị tin tặc tấn công, trong đó bao gồm các sân bay, ngân hàng và các công ty viễn thông. Những phần mềm tống tiền như WannaCry từng làm đau đầu giới công nghệ thế giới cũng đã ảnh hưởng đến những người dùng ở Việt Nam. Mất mật khẩu, bị lộ thông tin cá nhân, bị đánh cắp tài khoản ngân hàng hay máy nhiễm virus chỉ là một vài trong số hàng chục hệ quả trực tiếp của tội phạm mạng.

Giới trẻ là những người đón đầu các làn sóng công nghệ mới một cách rất nhanh chóng và vì thế có thể bị ảnh hưởng nặng nề từ tội phạm mạng. Vậy thì bạn có thể làm gì để bảo vệ mình trước những nguy cơ này? Tin vui đó là để trở thành một người dùng Internet thông minh, bạn không cần có những hiểu biết quá phức

tạp về công nghệ thông tin. 10 bí kíp dưới đây sẽ giúp bạn tự bảo vệ bản thân trên thế giới mạng.

• Bảo vệ mật khẩu của bạn: Công ty công nghệ SplashData đã từng công bố danh sách "Những mật khẩu tệ nhất của năm 2016". Danh sách này bao gồm những mật khẩu như 123456, password, football, login và dragon. Chúng đã góp phần tạo nên hơn năm triệu vụ mất cắp mật khẩu năm 2016. Sử dụng những mật khẩu khó đoán và các mật khẩu khác nhau cho các tài khoản online khác nhau là cách đơn giản để bạn tự bảo vệ mình trên thế giới mạng. Ngoài ra, bạn cũng nên thường xuyên thay đổi mật khẩu để đảm bảo rằng hacker sẽ không có cách nào đoán được chúng.

• Cập nhật phần mềm máy tính: Một bài báo trên trang BBC của Anh đã chỉ ra rằng hơn một phần năm máy tính tại Sở Cảnh sát Manchester trong năm 2017 vẫn sử dụng hệ điều hành Windows XP, từ đó tạo ra những nguy cơ tấn công mạng rất lớn. Vấn đề với việc sử dụng những phiên bản hệ điều hành cũ đó là nó không được các nhà sản xuất cập nhật và vá lỗi. Chính vì thế, những phiên bản này rất dễ bị tin tặc xâm nhập và đánh cắp dữ liệu. Là một người sử dụng máy tính, bạn hãy sử dụng hệ điều hành mới nhất và thường xuyên cập nhật nó.

• Cài đặt và cập nhật phần mềm diệt virus: Phần mềm diệt virus là phương pháp đơn giản và hiệu quả để bạn phòng tránh tác động của những mã độc, đường link lạ hay những thiết bị bên ngoài được gắn vào máy tính của bạn như USB. Có rất nhiều phiên bản phần mềm diệt virus trên Internet, nhưng bạn nên chọn một phần mềm uy tín và được nhiều người tin dùng. Ngoài ra, bạn cũng nên cân nhắc mua bản quyền những phần mềm diệt virus chính hãng để có được những tính năng tốt nhất. BKAV, Kaspersky, ESET, Norton Security hay Avira là những phần mềm diệt virus rất phổ biến ở Việt Nam.

• Không nhấn vào những đường link và file lạ: Những đường link lạ trên Internet, mạng xã hội hay những file đính kèm từ một tài khoản email không quen biết có thể ẩn chứa trong đó những virus độc hại. Một khi những virus này kiểm soát máy tính của bạn, chúng có thể âm thầm lấy cắp dữ liệu mà bạn không hề hay biết. Chính vì vậy, bạn nên tránh việc nhấn vào những đường link không rõ nguồn gốc hoặc những file gửi từ người lạ. Nếu việc xem những nội dung này là rất cần thiết, hãy đảm bảo bạn có phần mềm diệt virus để phòng tránh những tình huống xấu nhất.

• Hạn chế chia sẻ thông tin cá nhân: Năm 2015, tôi đã từng đăng

một bài viết lên VnExpress với tựa đề "Đăng ảnh vé máy bay lên mạng xã hội – Nguy hiểm khôn lường". Trong bài viết này, tôi đã chỉ ra rằng việc khoe ảnh vé máy bay lên mạng xã hội với thông tin cá nhân và mã vạch scan có thể khiến tin tặc thâm nhập những tài khoản quan trọng của bạn như tài khoản đặt vé máy bay và ngân hàng. Chính vì vậy, bạn nên hạn chế việc chia sẻ những thông tin cá nhân lên mạng xã hội, qua email và trên Internet nói chung. Những thông tin mà bạn nên hạn chế chia sẻ cho một bên thứ hai bao gồm tên, tuổi, ngày sinh, địa chỉ, số điện thoại, email, thông tin tài khoản ngân hàng và những hoạt động cá nhân như du lịch.

• Cẩn trọng trước những mạng Wifi công cộng: Những mạng Wifi công cộng, nhất là những mạng miễn phí, đều tiềm ẩn các nguy cơ về an ninh. Các tin tặc có thể sử dụng những mạng Wifi miễn phí này để ngầm theo dõi những hoạt động trên Internet của bạn mà bạn không hề hay biết. Chính vì thế, bạn nên hạn chế truy cập vào những mạng Wifi công cộng. Nếu có việc cần thiết, hãy sử dụng mạng 3G hoặc 4G.

• Đăng xuất các tài khoản online sau khi sử dụng: Sau khi sử dụng những máy tính công cộng hoặc thiết bị di động của người khác, đừng quên đăng xuất các tài khoản của bạn. Nếu không, bạn đã nghiễm nhiên cho người khác (mà rất có thể là những người xấu) cơ hội để đánh cắp thông tin cá nhân của bạn. Tôi đã từng nhìn thấy rất nhiều status "troll" trên Facebook với nội dung: "Lần sau nhớ out Facebook nhé!". Hãy cẩn trọng với những tài khoản online của bạn, bằng không bạn sẽ trở thành nạn nhân tiếp theo của những status như thế này.

• Thường xuyên lưu trữ dữ liệu lên một ổ cứng khác: Trong lĩnh vực tài chính kế toán có một luật lệ đó là: "Hãy mong đợi những điều tốt đẹp nhất và hãy chuẩn bị cho những điều tồi tệ nhất". Luật lệ này có nghĩa, nếu một kế toán viên không chắc chắn liệu một giao dịch tài chính là tài sản (asset) hay chi phí (expense), họ phải coi nó là chi phí trên bảng kết toán tài sản của công ty. Không một người dùng máy tính nào mong muốn dữ liệu của họ bị tin tặc đánh cắp. Nhưng ít nhất họ nên chuẩn bị cho tình huống xấu nhất này bằng cách thường xuyên sao lưu dữ liệu lên một ổ cứng.

• Nhận biết những trang web và download an toàn: Để nhận biết liệu rằng một trang web hay một file có an toàn để tài về hay không, hãy nghiên cứu kỹ những thông tin của website như lịch sử hình thành, đội ngũ, các bài đăng trong quá khứ hay đánh giá của người dùng. Một bí kíp khác đó là hãy nhìn lên thanh hiển thị

địa chỉ web. Nếu trước địa chỉ web có cụm từ HTTPS (thay vì HTTP), điều này có nghĩa bạn có thể tin tưởng khi cung cấp thông tin cá nhân hay tải các file từ website. Tuy nhiên, hãy luôn cân nhắc kỹ và cài đặt phần mềm diệt virus trước khi làm những điều này.

• Tìm kiếm sự trợ giúp của chuyên gia: Nếu bạn cảm thấy máy tính của mình có nguy cơ bị tấn công hoặc đã trở thành nạn nhân của tin tặc, hãy tìm sự trợ giúp từ các chuyên gia hoặc các công ty an ninh mạng. Nhưng nếu bạn tuân thủ chín nguyên tắc ở trên, thì khả năng cao là bạn sẽ không bao giờ phải sử dụng nguyên tắc cuối cùng này.

Tổng kết Hành trang 13

Có nhiều bạn trên mạng xã hội không đồng nghĩa với việc bạn có một cuộc sống tinh thần thoải mái và sung túc.

Hãy để nhà tuyển dụng hoặc trường đại học bạn mơ ước thấy rằng bạn là một ứng cử viên sáng giá khi mà họ "săm soi" trang cá nhân của bạn.

News Feed là một công cụ được kiểm soát tự động và nội dung của nó sẽ dựa vào lịch sử tương tác của bạn. Mạng xã hội với lượng người dùng khổng lồ của nó cũng là kho tàng kiến thức chuyên môn vô tận.

Để trở thành một người dùng Internet thông minh, bạn cần nắm được một số cách cơ bản để tự bảo vệ bản thân.

Hành trang 14

Đóng góp cho xã hội và cộng đồng

Là một công dân trẻ, ngoài việc phát triển bản thân, bạn cũng nên dành thời gian để đóng góp cho xã hội và cộng đồng. Xã hội Việt Nam và thế giới nói chung đang đối mặt với rất nhiều vấn đề nhức nhối, từ biến đổi khí hậu, đói nghèo, bệnh dịch, bất bình đẳng giới đến những vấn đề quy mô địa phương như tắc đường và tội phạm. Để giải quyết những vấn đề này, rất cần sự tham gia tích cực của người trẻ. Thế hệ trẻ là những người với năng lượng và sức sống tràn đầy, chính vì thế sự hỗ trợ của họ là một nhân tố quan trọng trong việc đẩy lùi những vấn đề của xã hội và địa phương. Ngoài ra, người trẻ cũng là những người chịu tác động trực tiếp của những vấn đề này và vì thế sẽ hiểu rõ nhất về cách giải quyết.

Lợi ích của việc đóng góp cho xã hội và cộng đồng

Ngoài việc góp phần giải quyết những vấn đề nhức nhối của địa phương và giúp xã hội phát triển, việc tích cực đóng góp cho những hoạt động cộng đồng còn giúp bạn phát triển những mối quan hệ xã hội. Bạn sẽ có cơ hội gặp gỡ với những người trẻ đầy nhiệt huyết khác hay những nhà hoạt động xã hội với chung niềm đam mê giúp đất nước Việt Nam trở nên tốt đẹp hơn. Việc tổ chức hoặc tham gia giúp đỡ các hoạt động cộng đồng cũng là cách tuyệt vời để bạn phát triển những kỹ năng mềm như tổ chức sự kiện, lên kế hoạch, sắp xếp công việc, truyền thông, từ đó giúp CV của bạn nổi bật hơn trước nhà tuyển dụng.

Việc đóng góp cho xã hội và cộng đồng cũng là một phương pháp hiệu quả để bạn thư giãn tâm hồn và sử dụng thời gian rảnh rỗi một cách có ích. Các nghiên cứu xã hội học đã chỉ ra rằng những

người thường xuyên tham gia những hoạt động xã hội sẽ có chỉ số EQ (chỉ số cảm xúc), kỹ năng giao tiếp và khả năng đồng cảm cao hơn những người không hay đóng góp cho cộng đồng. Tóm lại, đóng góp cho các hoạt động cộng đồng sẽ có lợi cho bạn, và cho cả xã hội.

Đóng góp cho xã hội và cộng đồng thông qua những sở thích cá nhân

Bạn có thể trực tiếp đóng góp cho cộng đồng địa phương bằng chính những sở thích cá nhân. Ví dụ, nếu bạn giỏi tiếng Anh và có thời gian rảnh, hãy tình nguyện làm giáo viên ngoại ngữ cho những trẻ em mồ côi. Nếu bạn giỏi các môn nghệ thuật khác như đàn, hát và vẽ tranh, hãy tham gia biểu diễn tại các sự kiện cộng đồng. Nếu bạn là chủ một nhà hàng ăn, hãy quyên góp đồ ăn không dùng tới cho những hộ gia đình khó khăn thay vì vứt bỏ chúng. Mỗi một hành động nhỏ như vậy đều có thể giúp đỡ rất nhiều người và tạo ra một sức lan tỏa, khuyến khích những người xung quanh bạn cùng tham gia đóng góp cho cộng đồng.

Những cách thức phổ biến khác để đóng góp cho xã hội và cộng đồng

Nếu bạn lo lắng rằng khả năng ngoại ngữ của mình chưa đủ tốt để dạy trẻ em, hay khả năng hát của bạn chưa đủ hay để biểu diễn trên sân khấu, thì vẫn còn rất nhiều cách khác để bạn đóng góp cho xã hội và cộng đồng.

Hoạt động tình nguyện

Hoạt động tình nguyện là những công việc không được trả lương nhưng sẽ đem lại cho bạn những cảm xúc khó quên. Phần lớn các trường đại học, công ty tư nhân, hay các địa phương trên cả nước đều tổ chức nhiều hoạt động tình nguyện mỗi năm. Ngày hội hiến máu, làm sạch con phố hay trao quà cho trẻ em có hoàn cảnh khó khăn là ví dụ về những hoạt động tình nguyện phổ biến mà bạn có thể tham gia. Phần lớn những hoạt động này không yêu cầu bạn phải có kinh nghiệm tổ chức sự kiện, mà chỉ cần bạn có sự nhiệt tình và trách nhiệm.

Hồi còn học cấp ba ở Việt Nam, tôi đã cùng với những người bạn cùng lớp tổ chức nhiều chuyến đi tình nguyện đến các trại trẻ mồ côi, viện dưỡng lão và nơi cưu mang những người khuyết tật. Trong mỗi chuyến đi, chúng tôi đều chuẩn bị những món quà vật chất và những chương trình văn nghệ. Mặc dù đó là những món

quà với trị giá nhỏ, nhưng mỗi khi nhìn thấy được nụ cười trên môi những người có hoàn cảnh khó khăn, trong lòng chúng tôi lại trào dâng một cảm giác hạnh phúc đến lạ thường.

Khi sinh sống ở Anh và Đức, tôi đã có cơ hội giao lưu với nhiều hội người Việt Nam tại nước ngoài. Rất nhiều trong số đó là những người Việt đến từ các địa phương khó khăn ở trong nước, dành hết số tiền tiết kiệm để ra nước ngoài với mong muốn tìm được một cuộc sống khá giả hơn. Họ đã bươn chải rất nhiều nghề để kiếm sống, từ bán hoa, phụ bếp, rửa chén đến làm công nhân nhà máy. Có hai người chú cũng đã sống tại Đức hàng chục năm, tôi rất thấu hiểu hoàn cảnh và sự nỗ lực của những người Việt lao động tại nước ngoài. Chính vì thế, tôi và những du học sinh khác thường tổ chức những buổi thăm hỏi và trao tặng quà cho các hội người Việt Nam ở nước ngoài.

Sự kiện cộng đồng

Hàng năm, mỗi địa phương trên cả nước đều tổ chức những sự kiện cộng đồng để kỷ niệm những ngày lễ lớn như Tết âm lịch, Ngày Quốc tế Phụ nữ, Ngày Quốc tế Thiếu nhi, Quốc khánh và Trung thu. Phần lớn những sự kiện này đều có kinh phí tổ chức hạn hẹp và vì thế cần rất nhiều tình nguyện viên cùng tham gia tổ chức. Ngoài ra, trong vài năm trở lại đây, Việt Nam cũng đã hội nhập nhiều sự kiện cộng đồng lấy ý tưởng từ những sự kiện trên thế giới như Giờ Trái Đất. Đây đều là những sự lựa chọn lý tưởng cho bạn.

Câu lạc bộ quy mô địa phương

Các câu lạc bộ quy mô địa phương được thành lập với mục đích kết nối những người dân có cùng một sở thích, đam mê. Đó có thể là một câu lạc bộ cờ vua, bóng bàn, bơi lội hay thể dục dụng cụ. Nếu đây là những gì bạn đam mê, đã có kinh nghiệm hoặc đơn giản chỉ muốn học hỏi, thì hãy tham gia ngay những câu lạc bộ này. Bạn sẽ có cơ hội kết nối với những người có cùng đam mê và thậm chí là đi thi đấu với những câu lạc bộ khác.

Tổng kết Hành trang 14

Việc tổ chức hoặc tham gia giúp đỡ các hoạt động cộng đồng còn là cách tuyệt vời để bạn phát triển những kỹ năng mềm.

Bạn có thể trực tiếp đóng góp cho cộng đồng địa phương bằng chính những sở thích cá nhân. Phần lớn những hoạt động tình nguyện không yêu cầu bạn phải có kinh nghiệm tổ chức sự kiện,

mà chỉ cần bạn có sự nhiệt tình và trách nhiệm.

Là thành viên của những câu lạc bộ địa phương, bạn sẽ có cơ hội kết nối với những người có cùng đam mê và đi thi đấu với những câu lạc bộ khác.

Hành trang 15
Tình yêu tuổi trẻ

Nhận xét về tình yêu, tiểu thuyết gia nổi tiếng người Pháp George Sand đã từng nói: "Chỉ có một niềm hạnh phúc duy nhất trên đời này, đó là yêu và được yêu". Triết gia người Trung Quốc Lão Tử thì cho rằng: "Được ai đó yêu một cách mãnh liệt sẽ cho bạn sức mạnh, trong khi yêu một ai đó mãnh liệt sẽ cho bạn niềm tin". Đúng vậy, tình yêu là ngọn đuốc soi sáng tương lai của mỗi chúng ta và thực sự có sức mạnh để thay đổi thế giới. Tình yêu tuổi trẻ lại đẹp làm sao khi mà nó không bị ảnh hưởng bởi những ham muốn dục vọng và những toan tính vật chất. Tình yêu tuổi trẻ nếu được gìn giữ đúng cách sẽ là nhân tố giúp thắp sáng tương lai của cả hai người và giúp họ có một tương lai lâu dài, hạnh phúc bên nhau.

Tại sao yêu?

Các chuyên gia tâm lý đều khẳng định có cảm xúc với bạn khác giới là một điều rất bình thường ở người trẻ. Đây là kết quả của quá trình phát triển tâm, sinh lý của con người và các bạn trẻ cũng như phụ huynh không nên quá lo lắng. Điều mà người trẻ cũng như cha mẹ cần quan tâm đó là làm thế nào để có thể giữ gìn một tình yêu lành mạnh và biến tình yêu trở thành một yếu tố thắp sáng tương lai của cả hai người.

Làm thế nào để có một tình yêu lành mạnh?

Phòng tránh có thai ngoài ý muốn và các bệnh xã hội

Có những sự hiểu biết cơ bản về quan hệ tình dục an toàn là điều rất cần thiết cho các bạn trẻ, nhất là những bạn trẻ đang yêu. Quan hệ tình dục không an toàn là nguyên nhân hàng đầu dẫn đến tình trạng có thai ngoài ý muốn và nạo phá thai. Theo thống

kê của Tổ chức Y tế Thế giới, mỗi năm trên thế giới có khoảng 40-50 triệu ca nạo phá thai, tương đương với việc 125,000 đứa trẻ bị tước đi quyền sống mỗi ngày. Gần một nửa số ca nạo phá thai được thực hiện bằng những biện pháp y tế không an toàn, trong đó xảy ra rất phổ biến tại những quốc gia đang phát triển.

Còn ở nước ta, mỗi năm có khoảng 300,000 ca nạo phá thai được báo cáo chính thức, đưa Việt Nam trở thành một trong năm nước có tỷ lệ nạo phá thai nhiều nhất thế giới. Ngoài ra, quan hệ tình dục không an toàn còn là nguyên nhân dẫn đến những bệnh xã hội nguy hiểm như HIV, lậu và giang mai. Chắc hẳn không một bạn trẻ nào mong muốn tình yêu đẹp của mình sẽ có một cái kết buồn như vậy.

Là một người trẻ, hãy nắm chắc những phương pháp quan hệ tình dục an toàn và coi nó như một hành trang quan trọng của bạn. Những biện pháp phổ biến nhất để phòng tránh có thai ngoài ý muốn và các bệnh xã hội bao gồm sử dụng bao cao su và thuốc tránh thai. Khám sức khỏe tình dục định kỳ tại các cơ sở y tế được cấp phép cũng là điều nên làm đối với mọi người trẻ.

Đặt ra những giới hạn cho bản thân

Hãy coi tình yêu, việc học và công việc là ba mặt của cuộc sống. Bạn không muốn sống mà thiếu đi một yếu tố nào cả, nhưng cũng đừng để chúng cạnh tranh nhau và làm bạn mệt mỏi. Nếu bạn đang đi chơi với bạn gái, hãy dành toàn bộ thời gian cho cô ấy thay vì kiểm tra email trên điện thoại. Nếu bạn đang chuẩn bị cho một kỳ thi quan trọng, hãy dành toàn bộ thời gian để ôn tập môn học đó thay vì đi chơi với bạn trai vào tất cả các buổi tối trong tuần. Cuộc sống là vậy, chúng ta phải đưa ra những sự lựa chọn mà không bao giờ có thể thỏa mãn hết các nhu cầu của bản thân.

Sự tôn trọng và hiểu nhau

Nếu nhìn vào các câu chuyện tình yêu đẹp với kết thúc có hậu, bạn sẽ nhận ra rằng không phải gia cảnh, địa vị xã hội hay tuổi tác đem lại hạnh phúc cho những cặp đôi đó. Yếu tố dẫn đến hạnh phúc chính là sự đồng cảm và tôn trọng nhau. Nếu bạn đang yêu, hãy cho người đó sự tự do cần thiết và những khoảng thời gian dành cho bản thân. Hãy lắng nghe và ủng hộ những quyết định, ước mơ của nhau. Nếu hai bạn có mâu thuẫn, hãy thật bình tĩnh, ngồi xuống và cùng nhau giải quyết. Không một cặp đôi nào có thể đạt được sự hòa hợp 100% về tính cách, nhưng cách họ chấp nhận sự khác biệt này và sống chung với nó sẽ là chìa khóa dẫn

đến hạnh phúc.

Tìm kiếm sự ủng hộ từ gia đình

Tôi đã từng có một tình yêu rất đẹp. Thời gian đầu, ba mẹ tôi kịch liệt phản đối chuyện tôi yêu sớm vì cho rằng nó sẽ ảnh hưởng tiêu cực đến việc học. Nhưng tôi đã thuyết phục ba mẹ bằng những hành động cụ thể. Tôi cố gắng học giỏi, đỗ vào trường chuyên, gặt hái được các thành tích học tập ở lớp, đi du học rồi tham gia các dự án viết báo, viết sách, làm diễn giả, dạy học. Tôi muốn chứng minh cho ba mẹ thấy rằng việc tôi yêu không ảnh hưởng đến việc học, cuộc sống hàng ngày hay sự nghiệp tương lai của tôi.

Và sự cố gắng đó đã có kết quả. Tôi và bạn gái nhận được sự ủng hộ hoàn toàn từ hai bên gia đình. Tôi thường xuyên đến chơi nhà, ăn cơm và gặp ba mẹ của bạn gái. Bạn gái tôi cũng chủ động làm quen với những thành viên bên gia đình tôi và thậm chí đã nhiều lần cùng gia đình tôi đi du lịch.

Sự ủng hộ từ gia đình sẽ giúp bạn có thêm niềm tin và động lực trong chuyện tình cảm. Sự ủng hộ đó còn là bước đệm vững chắc để hai bạn tính đến một tương lai lâu dài bên nhau. Vậy thì làm thế nào để tìm kiếm sự ủng hộ từ gia đình trong chuyện yêu? Bí kíp đầu tiên đó là đừng che giấu. Việc che giấu sẽ khiến ba mẹ bạn hoài nghi về mối quan hệ bạn đang theo đuổi và làm giảm thiện cảm mà họ dành cho người yêu của bạn.

Tiếp theo, nếu bạn còn đang đi học, hãy chứng minh bằng hành động rằng việc yêu không ảnh hưởng tiêu cực đến kết quả học tập ở trường của bạn. Cuối cùng, hãy cho gia đình hai bên thấy rằng bạn đang theo đuổi một mối quan hệ nghiêm túc và rằng hai bạn rất tâm đầu ý hợp. Bạn có thể làm điều này bằng cách chia sẻ những dự định tương lai của hai người cho ba mẹ hoặc thường xuyên dẫn nhau đi thăm gia đình hai bên.

Hãy để tình yêu giúp tương lai bạn tỏa sáng

Nếu bạn còn trẻ, hãy để tình yêu vừa là yếu tố giúp bạn thêm yêu đời mỗi sáng thức dậy, vừa là yếu tố giúp tương lai của bạn tỏa sáng. Đừng chỉ lên kế hoạch cho những buổi đi chơi với người yêu trong tuần, mà hãy lên những kế hoạch dài hơi cho cả hai người. Cùng nhau du học tại một quốc gia, cùng nhau sinh sống và làm việc tại một thành phố biển xinh đẹp hay cùng nhau xây dựng một gia đình hạnh phúc là những kế hoạch lâu dài như vậy.

Khi xây dựng những kế hoạch cho tương lai, bạn và người yêu có

thể gặp những sự mâu thuẫn. Ví dụ, bạn muốn đi du học Mỹ nhưng người yêu của bạn lại muốn đi du học Canada. Bạn muốn cả hai cùng xin thực tập tại Đà Nẵng để có thể ở bên nhau, nhưng người yêu của bạn lại muốn thực tập ở nước ngoài để phát triển ngoại ngữ. Lời khuyên của tôi đó là nếu đây là trường hợp của hai bạn, hãy cùng ngồi xuống và tìm xem đâu là hướng đi tốt nhất cho mỗi người dựa vào khả năng ngoại ngữ, kinh nghiệm làm việc, khả năng tài chính hoặc lĩnh vực chuyên môn. Nếu hướng đi tốt nhất đó khiến hai bạn không thể ở bên nhau, thì đừng phản đối mà hãy ủng hộ quyết định của đối phương. Các bạn có thể phải ở xa nhau một thời gian, nhưng nếu yêu nhau thật lòng, các bạn sẽ tìm được cách để cả hai ở gần nhau.

Yêu xa

Nếu bạn đang yêu xa hoặc chuẩn bị yêu xa, thì đừng lo lắng vì bạn không phải người duy nhất. Bản thân tôi đã từng yêu xa 2,5 năm, bao gồm hai năm học bên Anh và nửa năm học bên Đức. Với những người bắt đầu, yêu xa là một trải nghiệm buồn và cô đơn. Nhưng qua thời gian, yêu xa lại là một phép thử hiệu quả cho tình yêu và nhiều khi đóng vai trò một bước đệm để cả hai có thể ở bên nhau lâu dài.

Bí quyết đầu tiên để yêu xa đó chính là thường xuyên liên lạc và nói chuyện. Điều này giờ đây trở nên không khó với sự phát triển của những ứng dụng gọi điện và nhắn tin trên điện thoại thông minh. Hãy dành thời gian nói chuyện với người yêu ít nhất hai đến ba lần một tuần. Hãy chia sẻ cho nhau những câu chuyện vui, buồn của cuộc sống và động viên nhau vượt qua thử thách yêu xa. Và đừng quên để ý đến sự chênh lệch về múi giờ để đảm bảo rằng việc liên lạc không ảnh hưởng đến cuộc sống hàng ngày của hai bạn.

Những người con gái thường dễ cảm thấy cô đơn và tủi thân hơn con trai trong chuyện yêu xa. Chính vì vậy, nếu bạn là con trai, hãy chủ động hỏi thăm và an ủi bạn gái của mình một cách thường xuyên. Hãy lắng nghe những tâm sự của cô ấy. Cuối cùng, bạn cũng nên làm những món quà bất ngờ cho đối phương. Một video ngắn để kỷ niệm ngày quen nhau, một bài hát tặng nửa kia hay một bức ảnh tình cảm đều có thể giúp bạn và người yêu vững bước vượt qua thử thách yêu xa.

Tổng kết Hành trang 15

Hãy coi tình yêu, việc học và công việc là ba khía cạnh khác nhau

của cuộc sống và tìm ra cách để cân bằng chúng.

Có những sự hiểu biết cơ bản về quan hệ tình dục an toàn là điều rất cần thiết cho các bạn trẻ, nhất là những bạn trẻ đang yêu.

Yếu tố dẫn đến hạnh phúc trong tình yêu chính là sự đồng cảm và tôn trọng nhau.

Sự ủng hộ từ gia đình sẽ giúp bạn có thêm niềm tin và động lực trong chuyện tình cảm.

Phần bốn
ĐI THẬT NHIỀU ĐỂ TRẢI NGHIỆM

"Trải nghiệm là một người thầy giáo nghiêm khắc bởi vì nó cho bạn một bài kiểm tra trước rồi sau đó mới dạy bạn một bài học."

Vernon Law

Thời điểm tôi viết cuốn sách này cũng đánh dấu sự lên ngôi của xu hướng "xách balô lên và đi" trong giới trẻ. Được truyền cảm hứng từ cuốn sách cùng tên của tác giả Huyền Chíp, xu hướng này đã khích lệ rất nhiều bạn trẻ thoát ra khỏi vùng an toàn của mình để khám phá những vùng đất mới. Từ đó những câu khẩu hiệu như "Nắm tay anh đi khắp thế gian", "Đưa nhau đi trốn" hay "Vì cuộc đời là những chuyến đi" cũng được lan truyền rộng rãi trong thế hệ trẻ.

Rất nhiều bạn trẻ sau khi "xách balô lên và đi" đã đạt được tâm nguyện của mình. Họ kết thêm nhiều bạn mới, cải thiện ngoại ngữ, phát triển các kỹ năng mềm và trở nên trưởng thành hơn.

Tuy nhiên, cũng không có ít bạn trẻ, bao gồm du học sinh, đã bị cám dỗ bởi các cuộc nhậu nhẹt thâu đêm và thú vui xa hoa. Một vài trong số họ thậm chí đã bỏ mạng. Một chuyến đi đến một vùng đất mới, nếu không có sự chuẩn bị và mục tiêu rõ ràng, sẽ khiến bạn lang thang vô định và từ đó không học hỏi được điều gì.

Vì vậy, tôi xin mạo phép đổi khẩu hiệu "xách balô lên và đi" thành "xách balô lên để đi, trải nghiệm và học hỏi".

Hành trang 16
Du học

Trong một vài năm trở lại đây, du học đã trở thành một xu hướng rất phổ biến trong giới trẻ. Du học sinh ngày nay không chỉ lựa chọn những quốc gia phương Tây như Anh, Mỹ và Canada, mà còn sẵn sàng lựa chọn những điểm đến "phi truyền thống" như Hàn Quốc, Ấn Độ và Thái Lan. Tài chính gia đình được cải thiện, chính sách mở cửa cho du học sinh của các chính phủ và đam mê tìm hiểu những nền văn hóa mới là những lý do hàng đầu giải thích sự phát triển của xu hướng du học.

Du học có rất nhiều điểm lợi. Nó sẽ giúp bạn trưởng thành, độc lập hơn. Du học cũng là một trải nghiệm tuyệt vời vì bạn sẽ được khám phá những nền văn hóa mới, làm quen với những người bạn đến từ nhiều quốc gia và mở rộng cơ hội việc làm sau khi ra trường. Tuy nhiên, nếu không tìm hiểu thông tin rõ ràng trước khi lên đường hoặc không chuẩn bị tâm lý và hành trang trước chuyến đi, bạn sẽ gặp phải nhiều vấn đề nghiêm trọng như sốc văn hóa, nhớ nhà và chi phí ngập đầu. Chính vì thế, trong hành trang này, tôi xin giới thiệu với bạn tám bước cho một quá trình trước, trong và hậu du học thành công. Bạn sẽ nhận ra rằng du học không khó như bạn nghĩ và nó phù hợp với học sinh ở mọi độ tuổi, trình độ học vấn và khả năng tài chính.

Bước 1: Xác định trường và ngành học yêu thích

Các bí quyết chọn trường và ngành học yêu thích đã được tôi phân tích ở hành trang 2 – Thi cử và chọn trường. Nội dung của hành trang này bao phủ các trường và chương trình học trên khắp thế giới. Chính vì thế, tôi sẽ liệt kê một vài website phổ biến cung cấp các bảng xếp hạng trường cũng như so sánh chất lượng đào tạo giữa các quốc gia và tổ chức giáo dục khác nhau. Một vài trong số chúng còn cung cấp thông tin về các cơ hội thực tập, trao đổi sinh

viên, gap year và cảm nhận thực tế từ những cựu du học sinh.

• Top Universities: https://www.topuniversities.com/

• Times Higher Education: https://www.timeshighereducation.com/

• Center for World University Rankings: http://cwur.org/

• Go Abroad: https://www.goabroad.com/

• International Student: https://www.internationalstudent.com/ (tập trung vào du học Mỹ)

• Study Link: https://studylink.com/

• Study in Europe: https://www.studyineurope.eu/ (tập trung vào du học châu Âu)

• Bachelors Portal: https://www.bachelorsportal.com/ (tập trung vào du học bậc đại học)

• Masters Portal : http://www.mastersportal.eu/ (tập trung vào du học bậc cao học)

• PhD Portal: https://www.phdportal.com/ (tập trung vào du học bậc tiến sĩ)

Bước 2: Tìm hiểu thông tin về điểm đến mơ ước

Sau khi đã xác định được trường và ngành học yêu thích, bước tiếp theo cho bạn đó là tìm hiểu kỹ thông tin về thành phố và quốc gia mà ngôi trường đó tọa lạc. Những thông tin bạn có thể tìm hiểu bao gồm chi phí sinh hoạt, những địa điểm thuê nhà giá rẻ cho sinh viên, văn hóa, những ngày lễ, ngôn ngữ phổ biến hay những vấn đề tiêu cực mà du học sinh và du khách cần cẩn trọng. Sự chuẩn bị sẵn sàng về kiến thức này sẽ giúp bạn vạch ra được các kế hoạch tài chính (sẽ được thảo luận ở bước 3), và tránh gặp phải những sự hiểu nhầm về văn hóa.

Ví dụ, trước khi sang du học Đức, tôi đã nghiên cứu rất nhiều về văn hóa của người Đức. Tôi biết được rằng người Đức nổi tiếng với tính đúng giờ và nghiêm túc trong công việc. Đức cũng là một xã hội coi trọng bằng cấp và khá bảo thủ. Từ đó, tôi đã xây dựng cho mình một thói quen rằng mỗi khi có hẹn với người Đức, tôi đều đến trước giờ hẹn ít nhất năm phút. Tôi cũng tuyệt đối không sử

dụng điện thoại hoặc nói chuyện riêng trong các cuộc họp hoặc buổi thuyết trình với người Đức. Về mặt ngoại ngữ, việc biết tiếng Đức không những giúp tôi trong giao tiếp hàng ngày, mà còn mở rộng cơ hội việc làm tại Đức sau khi ra trường. Đó là lý do tại sao tôi đã dành hơn nửa năm ở Việt Nam để học tiếng Đức trước khi lên đường.

Những thông tin như thế này có thể được tìm thấy dễ dàng trên các website về du lịch như Trip Advisor (https://www.tripadvisor.com/), Lonely Planet (https://www.lonelyplanet.com/), CN Traveler (https://www.cntraveler.com/) hay Airbnb (https://www.airbnb.com/). Bạn cũng có thể tham khảo các diễn đàn sinh viên quốc tế như Student.com (https://www.student.com/) hoặc các hội sinh viên Việt Nam tại nước ngoài trên mạng xã hội. Rất nhiều trường học, chính phủ và chính quyền địa phương của các quốc gia trên thế giới cũng có trang web dành riêng để giới thiệu và quảng bá văn hóa cũng như đời sống của họ. Một vài ví dụ đó là website giới thiệu về lịch sử và văn hóa của chính phủ New Zealand (https://www.govt.nz/browse/history-culture-and-heritage/), hay website của hội đồng thành phố Melbourne, Australia (http://www.melbourne.vic.gov.au/Pages/home.aspx).

Bước 3: Tính toán chi phí và khả năng tài chính

Việc hoàn thiện bước 1 và bước 2 sẽ tạo đà để bạn tiến tới bước 3, tài chính. Một vài trường đại học trên thế giới ước lượng sẵn chi phí sinh hoạt cho bạn. Ví dụ, trên website của đại học Toronto, Canada (http://www.future.utoronto.ca/finances/fees), họ đã ước lượng tất cả các chi phí mà một du học sinh sẽ phải chuẩn bị, từ học phí, dụng cụ học tập, nhà ở, ăn, phương tiện giao thông đến phí đỗ xe nếu bạn có ô tô cá nhân. Tất nhiên, chi phí này chỉ là con số ước lượng vì nó sẽ thay đổi hàng năm (mà thường là tăng) và phụ thuộc vào phong cách sống của mỗi học sinh. Tuy nhiên, nó vẫn rất hữu ích cho quá trình lên kế hoạch tài chính của bạn.

Loại chi phí	Chi phí cụ thể	Số tiền/ năm (ví dụ)
Chuẩn bị khởi hành	Bảo hiểm y tế	$360
	Vé máy bay một chiều	$800
	Chứng minh tài chính	$7,200
	Xin visa	$50
Học tập	Học phí	$25,000
	Kiểm tra cuối kỳ	$120
	Dụng cụ học tập	$300
Thiết yếu cho cuộc sống	Thuê nhà	$5,400
	Ăn (tự nấu + nhà hàng)	$1,200
	Tiền điện, nước và Wifi	$1,200
	Phương tiện công cộng	$300
	Đồ gia dụng	$200
Hưởng thụ cuộc sống	Mua sắm đồ cá nhân	$500
	Du lịch	$300
	Chi phí phát sinh khác	$200
Tổng chi phí		$43,130 hay xấp xỉ 980 triệu VNĐ

Nếu như trường học của bạn không tính toán chi phí sinh hoạt cho bạn, thì bạn vẫn có thể tự mình thực hiện bước này. Hãy lên mạng tìm hiểu những thông tin về chi phí sinh hoạt tại thành phố bạn muốn học sau đó kẻ một bảng tính toán chi phí như ở trên. Tùy vào bậc học mà bạn theo đuổi và quốc gia mà bạn sinh sống, sẽ có những loại chi phí phát sinh khác.

Nếu bạn hoặc gia đình có thể đáp ứng được tổng chi phí này, bạn đã tiến gần thêm một bước đến giấc mơ du học. Còn nếu không, bạn cũng đừng vội nản lòng. Tìm kiếm sự trợ giúp từ người thân, vay ngân hàng hoặc đăng ký tham gia những gói hỗ trợ tài chính của chính phủ là những sự lựa chọn khả thi cho bạn. Rất nhiều ngân hàng sẵn sàng cho vay với mục đích du học tùy thuộc vào chi phí bạn cần, thời gian bạn sẽ du học cũng như bảng lương của

bạn hoặc phụ huynh. Ngoài ra, chính phủ Việt Nam và các chính quyền địa phương cũng có nhiều gói hỗ trợ du học với điều kiện bạn phải trở về nước làm việc cho họ sau khi du học. Ở các bậc học càng cao, ví dụ tiến sĩ, thì khả năng vay ngân hàng hoặc nhận hỗ trợ tài chính từ chính phủ càng lớn. Ở bước tiếp theo, tôi sẽ phân tích một sự lựa chọn rất phổ biến của những bạn trẻ ấp ủ giấc mơ du học, đó là săn học bổng.

Bước 4: Săn học bổng

Học bổng có thể được hiểu là một dạng hỗ trợ tài chính cho học sinh, sinh viên dựa vào năng lực, thành tích học tập hoặc điều kiện gia đình của họ. Học bổng được cung cấp bởi cả khu vực công (chính phủ, các tổ chức phi lợi nhuận,...) và khu vực tư nhân (trường đại học tư nhân, viện nghiên cứu tư nhân,...). Khái niệm học bổng giờ đây không còn chỉ áp dụng cho những quốc gia phát triển như Anh, Mỹ, Úc, Canada và New Zealand, mà còn rất phổ biến ở các quốc gia đang phát triển như Hàn Quốc, Nhật Bản và Ấn Độ như một cách thu hút nhân tài. Nhìn chung, ở các bậc học càng cao, ví dụ tiến sĩ, thì số lượng học bổng càng lớn vì sự đóng góp thực tiễn cho xã hội của những bằng cấp này. Tuy nhiên, nếu chăm chỉ tìm kiếm những thông tin học bổng và chuẩn bị sẵn sàng cho quá trình đăng ký, thì cơ hội giành được học bổng có thể đến với bất kỳ ai.

Vậy thì bạn có thể tìm kiếm thông tin về các gói học bổng ở đâu? Tôi xin gợi ý cho các bạn một số nguồn sau đây.

• Website của trường: Rất nhiều trường đại học trên thế giới có riêng một mục trên website của họ với tên gọi "Funding", "Financial Aid" hoặc "Scholarships". Đây là những nơi mà bạn có thể tìm kiếm thông tin về các gói hỗ trợ tài chính và học bổng cho sinh viên quốc tế. Chúng cũng nêu rõ điều kiện cần có đối với người xin học bổng, những hồ sơ cần nộp và quá trình đăng ký. Ví dụ, bạn có thể truy cập đường link sau đây để tìm hiểu về chi phí và các gói hỗ trợ tài chính của trường Đại học Kinh tế và Khoa học Chính trị London (LSE): http://www.lse.ac.uk/study-at-lse/Undergraduate/Fees-and-funding

• Các hội thảo du học: Bạn có thể đăng ký tham gia hội thảo du học được tổ chức bởi các công ty tư vấn du học uy tín hoặc chính các trường mơ ước của bạn. Bản thân tôi đã từng làm diễn giả tại một số hội thảo du học và nhận thấy rằng đây là cơ hội tuyệt vời để bạn trò chuyện trực tiếp với đại diện tuyển sinh của các trường quốc tế. Một vài hội thảo du học còn có các khu vực dành riêng

cho phỏng vấn học bổng tại chỗ. Hãy thường xuyên theo dõi trang mạng xã hội của các công ty tư vấn du học trên địa bàn bạn đang sống và trường đại học nước ngoài mà bạn mơ ước để nắm rõ lịch tổ chức sự kiện của họ. Trên website của các trường nước ngoài, những thông tin sự kiện thường nằm ở mục "News & Events".

• Các chính phủ và tổ chức phi lợi nhuận: Ngoài khu vực tư nhân, khu vực công cũng thường xuyên cung cấp các gói học bổng hấp dẫn cho sinh viên quốc tế. Khi mà quan hệ ngoại giao giữa Việt Nam và các quốc gia trên thế giới đang được cải thiện, thì cơ hội nhận học bổng chính phủ của sinh viên nước ta cũng tăng theo. Bạn có thể tìm kiếm các gói học bổng của khu vực công bằng các trực tiếp ghé thăm website phụ trách giáo dục của các chính phủ nước ngoài, ví dụ Bộ Giáo dục. Các quốc gia phát triển cũng có những tổ chức phi lợi nhuận, trường đại học và viện nghiên cứu công lập sẵn sàng tài trợ cho sinh viên quốc tế. DAAD là ví dụ về một tổ chức như thế: https://www.daad.de/en/.

• Mạng xã hội: Các trang mạng xã hội có thể trở thành công cụ tuyệt vời giúp bạn tìm kiếm và săn học bổng nếu được sử dụng đúng cách. Ngoài trang mạng xã hội của các trường và công ty tư vấn du học, bạn có thể tham gia vào các nhóm của hội sinh viên Việt Nam ở nước ngoài, theo dõi trang cá nhân của các học giả nổi tiếng hoặc đại diện tuyển sinh (bạn còn nhớ trang mạng xã hội nghề nghiệp LinkedIn chứ?). Cũng có rất nhiều trang Facebook cung cấp thông tin về học bổng ở nhiều quốc gia, ví dụ như trang Săn Học Bổng (https://www.facebook.com/hocbongvn/).

Sau khi đã tìm được một gói học bổng ưng ý, bước tiếp theo của bạn đó là đăng ký. Việc đăng ký xin học bổng cũng giống như xin việc: Chúng đều có sự cạnh tranh cao và yêu cầu khắt khe từ các ứng viên. Bạn có thể đọc lại hành trang 7 – Chuẩn bị sẵn sàng cho các cơ hội, vì rất nhiều bí kíp trong đó có thể được áp dụng vào quá trình xin học bổng. Trong mục này, tôi sẽ bổ sung một số lời khuyên dành riêng cho những bạn có đam mê chinh phục các gói học bổng.

Hãy chuẩn bị hồ sơ sớm

Nếu hạn chót đăng ký học bổng là tháng Năm, bạn nên bắt đầu soạn hồ sơ và các giấy tờ, chứng chỉ cần thiết từ tháng Ba. Bắt đầu sớm không những giúp bạn có thời gian cải thiện hồ sơ của mình, mà còn giúp bạn trong trường hợp có một vấn đề bất trắc xảy ra, ví dụ trường cũ của bạn vẫn chưa gửi học bạ.

CV, thư tuyên bố về động lực và thư giới thiệu

Khi xin việc, ba loại hồ sơ này nên tập trung vào kinh nghiệm làm việc của bạn và lý do tại sao bạn sẽ là nhân sự tuyệt vời cho công ty. Còn khi xin học bổng, tất nhiên bạn vẫn nên bao gồm kinh nghiệm làm việc (đặc biệt quan trọng ở bậc cao học trở lên). Tuy nhiên, bạn nên tập trung nhiều hơn vào các thành tích học tập, các giải thưởng năng khiếu, các kỹ năng ngoại ngữ hoặc hoạt động ngoại khóa bạn đã tham gia tổ chức. Rất nhiều trường đại học đánh giá ứng viên dựa trên tính cách và tiềm năng thay vì chỉ dựa vào điểm số. Vì vậy, việc thể hiện bạn là một người đa tài và năng động sẽ đem lại cho bạn lợi thế rất lớn.

Bài kiểm tra

Một vài gói học bổng sẽ yêu cầu bạn phải thi để kiểm tra kiến thức, trước khi được chọn vào vòng phỏng vấn. Nó có thể là bài kiểm tra về khoa học xã hội, khoa học tự nhiên, kiến thức tổng quát hoặc khả năng ngoại ngữ. Khi đăng ký du học Đức, tôi đã phải trải qua một bài thi Toán, tiếng Anh và kiến thức Marketing chuyên môn trước khi được đại diện trường phỏng vấn. Chính vì thế, việc chuẩn bị cho các bài kiểm tra này là cần thiết. Bạn có thể hỏi đại diện trường về những dạng câu hỏi phổ biến của bài kiểm tra hoặc liên hệ trực tiếp với các học sinh hiện tại của trường để nhờ sự giúp đỡ.

Phỏng vấn

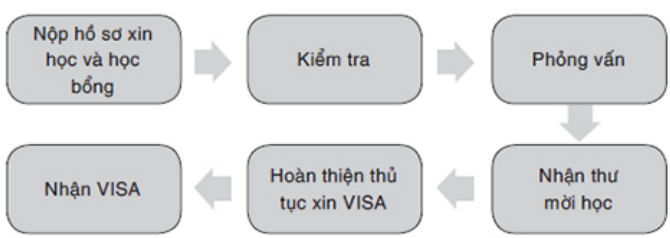
Phỏng vấn thường là vòng cuối cùng trước khi trường đưa ra quyết định có cấp học bổng cho bạn hay không. Những bí quyết mà tôi đã chia sẻ ở hành trang 7 vẫn được áp dụng ở đây, bao gồm tìm hiểu thông tin về trường trước ngày phỏng vấn, trang phục nghiêm chỉnh và thái độ tôn trọng trong ngày phỏng vấn và cảm ơn đại diện tuyển sinh sau ngày phỏng vấn. Hãy đảm bảo rằng bạn thể hiện hết những điều tốt đẹp đã ghi ở CV và thư giới thiệu – thành tích học tập, hoạt động ngoại khóa, kỹ năng mềm, kỹ năng ngoại ngữ, giải thưởng, kinh nghiệm làm việc,... Ngoài ra, đại diện tuyển sinh của trường cũng có thể hỏi về các dự định tương lai của bạn sau khi học xong. Một vài câu trả lời khả thi đó là học tiếp lên bậc cao hơn, về Việt Nam làm việc hoặc ở lại nước ngoài làm việc. Khi nói về tương lai, bạn nên nói cụ thể hơn một chút, ví dụ làm việc cho một công ty truyền thông tại Việt Nam, vì điều này sẽ tạo một ấn tượng tốt cho đại diện tuyển sinh rằng bạn là một người có định hướng tương lai rõ ràng.

Buổi phỏng vấn kết thúc và bạn nhận được kết quả từ trường. Sẽ có hai khả năng xảy ra. Hoặc là bạn sẽ được học bổng, hai là bạn sẽ không được học bổng. Nếu bạn được học bổng, đừng vội mừng. Hãy quay lại bước 3 để tính toán tổng chi phí cho việc du học sau khi đã trừ đi học phí. Nếu tổng chi phí vẫn vượt khả năng tài chính của bạn hoặc gia đình, thì bạn cần đăng ký một gói học bổng khác. Chính vì thế, tôi khuyên bạn nên tính toán tổng chi phí sau khi trừ học bổng trước khi đăng ký xin học bổng để đánh giá tính khả thi của gói hỗ trợ tài chính đó. Bản thân tôi đã từng nhận được học bổng toàn phần từ một trường đại học ở Indonesia và một ở New Zealand. Lý do tôi không nhận hai học bổng này là bởi vì tôi nhận thấy môi trường giáo dục và xã hội nói chung ở Indonesia và New Zealand không phù hợp với mình. Mặc dù trường đại học bên Đức không cấp học bổng, nhưng tôi vẫn chọn Đức vì văn hóa Đức rất hợp với tôi và cơ hội việc làm tại Đức sau khi ra trường rộng mở hơn.

Nếu bạn không được học bổng, đừng vội buồn vì còn rất nhiều lựa chọn khác cho bạn. Cũng giống như quá trình xin việc, bạn nên gửi thư cảm ơn đại diện tuyển sinh hoặc có thể hỏi thêm lý do họ từ chối cấp học bổng cho bạn. Hãy luôn nhớ rằng thất bại là thành công nếu như chúng ta học được điều gì đó hữu ích từ nó.

Bước 5: Hoàn thiện quá trình xin học đầy đủ

Xin học bổng chỉ là một phần của quá trình xin học đầy đủ. Một quá trình như vậy sẽ phải trải qua các bước sau.



Vì quy định và thủ tục xin visa của mỗi quốc gia là khác nhau, tôi sẽ không phân tích nó cụ thể trong phạm vi của cuốn sách này. Các thông tin về visa có thể được tìm thấy tại các đại sứ quán ở Việt Nam hoặc website của Bộ Ngoại giao các nước.

Có nên nhờ sự trợ giúp của các công ty tư vấn du học?

Trong một vài năm trở lại đây, các công ty tư vấn du học phát triển rất mạnh ở Việt Nam, đặc biệt là tại các thành phố lớn. Một

mặt, những công ty này có thể giúp bạn tìm hiểu thông tin của rất nhiều trường nước ngoài nhờ vào mạng lưới quan hệ rộng của họ cũng như trợ giúp bạn trong quá trình xin học bổng, visa và nhập học. Mặt khác, đã có những trường hợp các công ty tư vấn du học cung cấp thông tin không chính xác về những trường nước ngoài hoặc thậm chí lừa đảo tiền của phụ huynh và học sinh.

Trước khi tìm đến sự trợ giúp của các công ty tư vấn du học, hãy tự hỏi bản thân những câu hỏi sau đây:

• Dựa vào hiểu biết của bạn hoặc nhận xét từ những người đi trước, đó có phải là một công ty tư vấn du học uy tín hay không?

• Công ty tư vấn du học đó có mạng lưới quan hệ và đối tác rộng với các trường nước ngoài hay không?

• Công ty tư vấn du học đó đã có kinh nghiệm giúp đỡ nhiều học sinh du học thành công hay chưa?

• Công ty tư vấn du học đó có yêu cầu bạn phải trả phí dịch vụ hay không và khoản phí này là bao nhiêu? Quyền lợi và trách nhiệm của bạn là gì khi phải trả phí dịch vụ?

Bước 6: Chuẩn bị kỹ càng trước và trong ngày khởi hành

Bạn đã nhận được thư mời học, đã xin được visa, vậy bước tiếp theo là gì? Đó chính là chuẩn bị cho ngày khởi hành.

Tìm kiếm nhà ở tại điểm đến

Hãy đảm bảo rằng bạn đã chuẩn bị chỗ ở tại nước sở tại trước ngày khởi hành. Một số đại sứ quán yêu cầu bạn phải xuất trình thông tin nhà ở trong quá trình xin VISA, trong khi một số khác lại không yêu cầu điều này. Tuy nhiên, bạn vẫn nên chuẩn bị chỗ ở trước khi du học, vì những ngày đầu tiên tại nước ngoài sẽ có rất nhiều công việc đang chờ đợi bạn và bạn sẽ không muốn dành thời gian ở những khách sạn.

Có rất nhiều sự lựa chọn về nhà ở cho sinh viên quốc tế, từ nhà của người thân (nếu bạn có người thân đang sinh sống ở nước ngoài), sống chung với người dân bản địa đến ký túc xá sinh viên hoặc tự thuê nhà riêng. Mỗi một sự lựa chọn có những điểm lợi và mặt hạn chế của nó. Ví dụ, điểm lợi của việc sống ở ký túc xá đó là bạn sẽ có cơ hội hòa nhập với những sinh viên quốc tế khác và nó thường tọa lạc gần trường. Tuy nhiên, cơ sở vật chất trong ký túc xá thường hạn chế và tiền thuê nhà cũng đắt hơn các lựa chọn

khác như sống với người bản địa hoặc tự thuê nhà bên ngoài trường. Bạn có thể liên hệ các cựu sinh viên hoặc phòng hỗ trợ sinh viên quốc tế của trường để nhận được sự tư vấn về một lựa chọn nhà ở phù hợp nhất cho bạn.

Vé máy bay

Kinh nghiệm của tôi cho thấy bạn chỉ nên đặt vé máy bay sau khi đã có visa du học, vì luôn có khả năng là đơn xin visa của bạn bị từ chối. Thiếu giấy tờ, chứng chỉ hết hạn hay có sự không đồng nhất trong hồ sơ là những lý do khiến cho đơn xin visa của bạn bị chậm trễ hoặc từ chối. Chính vì thế, để vừa săn được vé máy bay giá rẻ, vừa có thời gian ứng phó nếu gặp vấn đề visa, bạn nên nộp hồ sơ xin học cho trường càng sớm càng tốt. Từ đó bạn cũng có thể bắt đầu quá trình xin visa sớm. Ví dụ, kỳ học đầu tiên của tôi bên Đức bắt đầu vào tháng 3/2017 nhưng tôi đã chuẩn bị đầy đủ hết giấy tờ (bao gồm thư mời học của trường) và đặt lịch xin visa với đại sứ quán Đức từ tháng 9/2016. Bạn cũng nên nhớ rằng mùa tuyển sinh là dịp rất bận rộn của các đại sứ quán và việc xử lý đơn xin visa của bạn có thể mất nhiều thời gian hơn dự kiến ban đầu.

Đồ đạc và hành lý

Khi soạn hành lý, bạn nên kiểm tra trước giới hạn cân nặng hành lý của hãng hàng không. Ngoài ra, hãy đặt những đồ đạc và hành trang quan trọng nhất lên đầu danh sách của bạn. Chúng bao gồm:

• Hộ chiếu (có visa) và vé máy bay

• Ngoại tệ của nước bạn đến và thẻ ngân hàng

• Bản sao các giấy tờ tùy thân

• Bản gốc và bản sao của những giấy tờ bạn đã nộp để xin visa như thư mời học của trường, chứng chỉ ngoại ngữ, bảo hiểm và hợp đồng thuê nhà

Những đồ đạc quan trọng tiếp theo bao gồm:

• Thiết bị di động (máy tính, điện thoại, sạc, …)

• Dụng cụ học tập cơ bản (sách, bút, …)

• Quần áo (tùy thuộc vào nước bạn đến và thời tiết hiện tại ở đó)

Kinh nghiệm của tôi cũng cho thấy rất nhiều du học sinh Việt Nam có xu hướng mang theo đồ ăn khô, thậm chí là đồ ăn mặn trong ngày khởi hành. Bạn nên hạn chế mang theo thứ "hành lý" này vì một vài lý do. Thứ nhất, chúng rất dễ hỏng và bốc mùi trong quá trình vận chuyển vì thiếu không khí. Thứ hai, chúng có thể bị hải quan Việt Nam hoặc nước ngoài chặn lại. Việc mang thịt từ nước ngoài vào một số quốc gia như Úc và Anh là vi phạm luật pháp sở tại. Nếu bạn vẫn quyết định mang theo đồ ăn, tốt nhất nên chọn những đồ ăn khô để sử dụng trong những ngày đầu xa nhà như mỳ gói và đậu phộng. Cuối cùng, đừng mang theo những thứ mà bạn có thể dễ dàng mua tại nước sở tại như dầu gội, sữa tắm và xà phòng.

Hành trang văn hóa

Hành trang 19 của cuốn sách này sẽ cung cấp cho bạn những bí quyết để giao tiếp trong một môi trường quốc tế cũng như những hiểu biết cơ bản về các nền văn hóa và tôn giáo trên thế giới. Ở phạm vi của mục này, bạn hãy nhớ rằng mỗi một quốc gia sẽ có những văn hóa, phong tục và cách sống khác nhau. Thậm chí việc giơ một ngón cái, hành vi được rất nhiều quốc gia cho là thể hiện sự đồng thuận, lại được coi là hành vi xúc phạm tại một số nền văn hóa. Thay vì kỳ vọng họ sẽ thay đổi vì bạn, bạn nên học cách hòa nhập vào xã hội đó. Trước ngày khởi hành, hãy tìm hiểu những nét đặc trưng cơ bản của văn hóa nước sở tại để tránh sự bỡ ngỡ những ngày đầu tiên. Bạn có thể tự đặt ra những câu hỏi như: Ngôn ngữ gì là phổ biến? Họ thường ăn gì vào các bữa ăn trong ngày? Họ thường nói về những chủ đề gì trong các cuộc hội thoại? Những ngày lễ lớn của họ là gì? Họ tự hào về những điều gì và coi những hành vi nào là sự xúc phạm?

Thủ tục nhập cảnh

Mỗi một quốc gia có thể có những yêu cầu về thủ tục nhập cảnh khác nhau, nhưng nhìn chung chúng có rất nhiều điểm chung: Bạn bước xuống máy bay, đến cổng hải quan, trình hộ chiếu và visa, chờ visa được đóng dấu rồi xuống lấy hành lý ký gửi, ra khỏi sân bay và về trường. Nhưng tương tự như văn hóa, mỗi một quốc gia có thể có những quy định riêng và bạn cần tìm hiểu chúng trước ngày khởi hành. Ví dụ một số quốc gia có thể nghiêm cấm mang các sản phẩm động vật vào nước của họ, một số khác lại yêu cầu bạn trình bảo hiểm và thư mời học trước khi đóng dấu visa cho bạn.

Bước 7: Trải nghiệm và phát triển bản thân trong lúc du học

Các nhà nghiên cứu xã hội học đã từng phát minh một mô hình mang tên "Bốn bước của quá trình sốc văn hóa". Mô hình này miêu tả những thăng trầm về mặt tâm lý của những người sống tại nước ngoài và áp dụng một cách rất chính xác với các du học sinh.

Giai đoạn trăng mật – The honeymoon stage

Trong quá trình này, du học sinh sẽ cảm thấy quyết định đi du học của họ thật tuyệt vời. Là một người trẻ, họ cảm thấy thật háo hức khi sắp được khám phá một vùng đất mới, một nền văn hóa mới và gặp gỡ những con người mới. Nó giống như cảm giác của một đôi vợ chồng trẻ vừa kết hôn và đang đi hưởng tuần trăng mật. Đối với những khóa học ngắn hạn, ví dụ ba tháng, thì quá trình trăng mật có thể kéo dài cả ba tháng. Nhưng đối với những khóa học dài hạn, du học sinh sớm muộn gì cũng bị kéo vào các quá trình tiếp theo.

Giai đoạn vỡ mộng – The frustration stage

Đến quá trình tiếp theo, du học sinh nhận ra rằng du học không phải là một trải nghiệm đầy màu hồng như họ vẫn nghĩ. Sự hiểu lầm về văn hóa, hạn chế về khả năng ngoại ngữ, đồ ăn không hợp khẩu vị, nhớ nhà, bài tập trên lớp quá khó đều là những yếu tố dẫn đến quá trình vỡ mộng. Đây đều là những trải nghiệm mà tôi đã gặp phải những ngày đầu đến Anh vào năm 2014, cũng là lần đầu tiên tôi đến châu Âu. Khi sang Đức du học, vì đã có kinh nghiệm du học Anh trước đó, nên quá trình vỡ mộng của tôi chỉ diễn ra trong vài ngày. Điều làm tôi ngạc nhiên và cảm thấy thất vọng nhất (mặc dù tôi đã nghiên cứu và biết về nó qua mạng Internet) đó là những người dân ở khu vực tôi sống đều không nói được hoặc nói tiếng Anh rất kém. Tôi cũng nhận ra rằng khóa học tiếng Đức hơn nửa năm của tôi ở Việt Nam không phát huy mấy tác dụng vì nó chỉ tập trung vào cung cấp ngữ pháp mà thiếu thực hành nghe, nói. Tôi đã gặp rất nhiều khó khăn trong những giao tiếp hàng ngày như đi cắt tóc, đi siêu thị và đi nhà hàng. Tuy nhiên, sự vỡ mộng này cũng là động lực để tôi quyết tâm cải thiện tiếng Đức của mình và tự tin giao tiếp với người Đức.

Giai đoạn thích nghi – The adjustment stage

Khi mà những sự hiểu lầm về văn hóa, sự khác biệt về khẩu vị đồ ăn hay cách dạy học trên lớp đã trở nên quen thuộc với du học sinh, cảm giác chán nản và thất vọng bắt đầu lắng xuống. Họ bắt đầu cảm thấy những sự khác biệt đó như một phần của cuộc sống.

Có thể họ vẫn chưa cố gắng hòa nhập theo những văn hóa mới đó, nhưng ít nhất họ không còn những suy nghĩ tiêu cực như ở quá trình vỡ mộng. Ví dụ, sau một thời gian sống ở Việt Nam, nhiều người nước ngoài đã dần nhận ra và thích nghi với những thói quen không được văn minh của một bộ phận người Việt như qua đường bừa bãi hoặc gây gổ sau khi va chạm giao thông (đừng làm hai điều này ở các nước phát triển nhé, vì bạn có thể gây ra nguy hiểm cho người khác, cho chính bạn hoặc gặp phải những rắc rối về mặt pháp lý khác – một lời khuyên hữu ích cho quá trình thích nghi của bạn!).

Giai đoạn chấp nhận – The acceptance stage

Khi đến quá trình chấp nhận, du học sinh đã trải qua đầy đủ các trải nghiệm tiêu cực nhất về văn hóa mà họ có thể nghĩ tới. Họ không còn sợ hãi hoặc lo lắng về những sự khác biệt văn hóa. Họ bắt đầu hòa nhập, tôn trọng và làm theo những văn hóa đó như một phần của cuộc sống. Họ hiểu những bí quyết sinh tồn của người dân bản địa và những từ lóng địa phương. Họ bắt đầu thay đổi khẩu vị ăn của họ để phù hợp với văn hóa sở tại. Ví dụ, nhiều người nước ngoài đã học cách ăn bằng đũa sau thời gian sống lâu dài tại Việt Nam, vì một lý do đơn giản rằng không phải nhà hàng và quán ăn nào ở Việt Nam cũng phục vụ dao và dĩa.

Đó là bốn bước thăng trầm về mặt tâm lý mà phần lớn du học sinh sẽ phải trải qua. Vì vậy, nếu bạn đang ở giai đoạn vỡ mộng, đừng lo lắng. Tuy nhiên, những sự chuyển giao từ giao đoạn này sang giai đoạn khác không đến một cách tình cờ, mà đòi hỏi sự chủ động của bạn. Ở phần tiếp theo của bước 7 này, tôi xin chia sẻ với bạn một số bí kíp giúp bạn biến du học thành một cơ hội phát triển bản thân và trải nghiệm những điều mới mẻ.

Những ngày đầu tiên xa nhà

Những ngày đầu tiên của quá trình du học luôn đầy rẫy nhưng khó khăn. Sự khác biệt về văn hóa chỉ là một trong số đó. Nhớ nhà, chưa làm quen được với cuộc sống độc lập, không biết mua vật dụng gia đình ở đâu, thường xuyên đi lạc đường hay không kết được nhiều bạn mới là những thử thách khác cho du học sinh trong những ngày đầu. Lời khuyên của tôi đó là hãy cố gắng tìm một người nào đó hỗ trợ bạn trong khoảng một tuần đầu tiên. Đó có thể là một người dân bản địa, một sinh viên của trường, một người Việt Nam tại địa phương hoặc một nhân viên của trường. Bạn có thể liên hệ và làm quen với họ trước ngày khởi hành.

Đặt việc học lên hàng đầu

Có thể bạn đã nghe lời khuyên này từ cha mẹ rất nhiều lần, nhưng nó là một lời khuyên đúng đắn và rất quan trọng. Hãy đặt việc học lên hàng đầu. Bạn có thể kiếm việc làm thêm, nhưng đừng để nó ảnh hưởng đến thời gian lên lớp hoặc ôn tập của bạn. Ngoài ra, bạn cũng nên tránh xa và có ý thức tự bảo vệ mình trước những tệ nạn xã hội như ma túy, cờ bạc và mại dâm. Hãy tôn trọng luật pháp sở tại và luôn nhớ rằng một khi bạn đặt chân đến nước ngoài, bạn đã trở thành một vị đại sứ của Việt Nam. Bất cứ hành vi không tốt nào của bạn có thể khiến những người khác có đánh giá sai lầm về đất nước Việt Nam (người Việt Nam thật là …!). Bạn còn nhớ những vụ việc du học sinh Việt Nam bị bắt giam ở nước ngoài vì các hành vi vi phạm pháp luật như trộm cắp, gian lận thi cử và thay đổi điểm thi chứ? Đừng để bạn trở thành người tiếp theo trong danh sách này.

Tìm kiếm việc làm thêm

Những cơ hội làm thêm không thiếu nếu như bạn chủ động tìm kiếm. Rất nhiều trường đại học cung cấp những cơ hội làm thêm tại trường cho sinh viên như trông coi thư viện, vệ sinh trường lớp hoặc thu ngân tại căng-tin. Với khả năng ngoại ngữ và giao tiếp tốt, bạn hoàn toàn có thể kiếm những công việc làm thêm ngoài trường. Một số sự lựa chọn phổ biến của các du học sinh Việt mà tôi biết đó là làm gia sư, bồi bàn, rửa chén tại các nhà hàng, chụp ảnh thuê, nhân viên bán hàng và phát tờ rơi. Để tìm kiếm được những công việc làm thêm này, hãy chủ động liên hệ và hỏi những người bạn cùng trường, những thầy cô giáo hoặc người dân bản địa mà bạn quen. Internet và các trang mạng xã hội nghề nghiệp cũng là một sự lựa chọn cho bạn và thậm chí chúng có thể giúp bạn tìm được các công việc văn phòng với mức lương khá.

Hãy đặt ra các ranh giới rõ ràng về thời gian giữa việc học và việc đi làm thêm và đừng bao giờ để việc đi làm thêm khiến kết quả học tập của bạn sa sút. Nếu bạn kiếm đủ tiền để mỗi tháng đi du lịch thả ga với bạn bè nhưng lại thi trượt một phần ba các môn học và phải đóng tiền để học thêm một kỳ, bạn có nghĩ rằng đi làm thêm là một quyết định sáng suốt không?

Thoát khỏi cảm giác nhớ nhà

Tôi đã nói khá nhiều về việc chấp nhận và thích nghi với văn hóa sở tại, nên ở mục nhỏ này tôi sẽ cung cấp cho bạn một số bí kíp để

bạn đỡ cảm thấy nhớ quê hương. Với sự phát triển của công nghệ như hiện nay, bạn hoàn toàn có thể thường xuyên trò chuyện với gia đình qua điện thoại mà không hề tốn tiền. Bạn cũng có thể tìm kiếm và làm quen những sinh viên Việt Nam tại địa phương hoặc tham gia vào buổi sinh hoạt của các cộng đồng người Việt Nam tại quốc gia bạn đang sinh sống. Nấu và ăn những món Việt Nam cũng là cách để bạn thoát khỏi cảm giác nhớ nhà.

Đóng góp cho cộng đồng địa phương

Hãy trở thành một học sinh vừa giỏi và vừa năng động bằng cách tích cực đóng góp vào các hoạt động cộng đồng ở địa phương như những cách mà tôi đã phân tích ở hành trang 14. Giúp đỡ những người có hoàn cảnh khó khăn, tham gia tổ chức các sự kiện từ thiện hay tình nguyện dạy học cho trẻ em là những cách phổ biến để bạn đóng góp cho xã hội sở tại. Những hành động tốt đẹp của bạn còn giúp người nước ngoài có một cái nhìn thiện cảm và tôn trọng hơn dành cho đất nước Việt Nam.

Tìm kiếm những cơ hội

Nếu bạn đi du học chỉ để đến lớp, thi đỗ các môn và nhận tấm bằng, thì tôi nghĩ rằng bạn nên ở Việt Nam vì bây giờ trong nước cũng có rất nhiều trường đại học tiêu chuẩn quốc tế. Hãy để du học trở thành cơ hội giúp bạn hoàn thiện và phát triển bản thân. Bạn có thể tham gia vào các khóa học ngoại ngữ, khóa học kỹ năng mềm, các câu lạc bộ và những cuộc thi ở trường hay làm quen với thật nhiều người dân bản địa. Mỗi một cơ hội như vậy sẽ khiến cuộc sống ở nước ngoài của bạn thú vị và đầy màu sắc hơn.

Bước 8: Quyết định thông minh cho quá trình hậu du học

Khi quá trình du học kết thúc, bạn sẽ đứng trước ba sự lựa chọn, một là ở lại nước đó, hai là sang một nước khác và ba là về Việt Nam. Làm thế nào để lựa chọn một con đường phù hợp nhất cho bạn?

Ở lại nước ngoài sau khi ra trường

Nếu bạn muốn ở lại nước ngoài sau khi ra trường, sẽ chỉ có hai sự lựa chọn, một là kiếm được một công việc với mức lương đủ cao để xin VISA làm việc, hai là học tiếp lên bậc cao hơn. Nếu bạn muốn ở lại theo diện làm việc, hãy bắt đầu quá trình tìm kiếm công việc phù hợp từ năm học cuối. Hãy xem lại những bí quyết mà tôi đã chia sẻ ở phần 2 – Làm việc hết mình. Còn nếu bạn muốn học tiếp lên bậc học cao hơn, hãy kiên nhẫn bắt đầu lại từ

bước 1 – Xác định trường và ngành học yêu thích. Quá trình 8 bước của bạn có thể được rút gọn ít nhiều vì bạn đã ở nước đó, không phải di chuyển một khoảng cách xa và đã hiểu rõ về văn hóa bản địa.

Sang một nước khác

Nếu bạn muốn sang một nước khác học hoặc kiếm việc, bạn cũng phải trải qua các bước như là ở nước hiện tại bạn đang sinh sống. Quá trình này sẽ vất vả hơn vì các thủ tục, giấy tờ liên quan đến visa và một lần nữa, các hiểu nhầm về văn hóa mà bạn có thể gặp phải. Nhưng nếu xác định một quốc gia khác là sự lựa chọn phù hợp với bạn, thì đừng chần chừ. Ngày nay, tấm bằng tại một quốc gia phát triển là cuốn hộ chiếu giúp bạn sống, học tập và làm việc tại bất cứ quốc gia nào trên thế giới. Quá trình này có thành công hay không phụ thuộc vào sự chủ động và quyết tâm của bạn.

Về Việt Nam

Nhiều du học sinh và gia đình của họ coi việc về Việt Nam sau khi du học là một thất bại vì số tiền và công sức quá lớn mà họ đã dành ở nước ngoài. Tôi hoàn toàn không đồng ý với quan điểm này. Việt Nam là một quốc gia với nền kinh tế phát triển rất nhanh (nhanh hơn rất nhiều các quốc gia phương Tây), đang ngày càng mở cửa và hội nhập với thế giới với làn sóng đầu tư lớn từ các công ty nước ngoài. Rất nhiều dự án khởi nghiệp đang ra đời, rất nhiều công ty nhà nước đang đẩy mạnh quá trình tư nhân hóa và rất nhiều lĩnh vực mới đang nở rộ và phát triển ở Việt Nam. Thu nhập của giới trẻ cải thiện mỗi năm và chính phủ cũng liên tục giới thiệu những chính sách hỗ trợ người trẻ trao đổi văn hóa, học hỏi và tự khởi nghiệp. Đây đều là những cơ hội không thể tuyệt vời hơn không những với học sinh và du học sinh Việt Nam, mà với người trẻ nói chung của thế giới hiện đại. Chính vì vậy, nếu bạn thấy được một cơ hội khởi nghiệp, một cơ hội việc làm hay một khóa học hấp dẫn ở Việt Nam sau khi du học, hãy nắm lấy nó ngay lập tức. Suy cho cùng thì thước đo đánh giá thành công của một con người không nằm ở chỗ anh ấy đã đặt chân và làm việc ở những quốc gia nào, mà là anh ấy đã đóng góp được gì cho xã hội đó.

Tổng kết Hành trang 16

Du học không khó như bạn nghĩ và nó phù hợp với học sinh ở mọi độ tuổi, trình độ học vấn và khả năng tài chính.

Bạn cần tìm hiểu kỹ thông tin về thành phố và quốc gia mà ngôi trường mơ ước của bạn tọa lạc.

Bắt đầu quá trình săn học bổng sớm không những giúp bạn có thời gian cải thiện hồ sơ của mình, mà còn giúp bạn trong trường hợp có vấn đề bất trắc xảy ra.

Hãy tôn trọng luật pháp sở tại và luôn nhớ rằng một khi bạn đặt chân đến nước ngoài, bạn đã trở thành một vị đại sứ của Việt Nam.

Nếu bạn thấy được một cơ hội khởi nghiệp, một cơ hội việc làm hay một khóa học hấp dẫn ở Việt Nam sau khi du học, hãy nắm lấy nó ngay lập tức.

Hành trang 17
Gap Year

Tôi quyết định sử dụng một cụm từ tiếng Anh để đặt tên cho hành trang này vì hai lý do. Thứ nhất, thật khó để tìm được một cụm từ tương ứng (đủ ngắn) của nó trong tiếng Việt. Thứ hai, nếu tôi có sử dụng cụm từ đó, thì rất nhiều bạn cũng không nhận ra tôi sẽ nói đến điều gì, bởi lẽ cụm từ "Gap Year" được sử dụng một cách rất rộng rãi.

Gap Year là gì?

Gap Year được hiểu là một năm giữa quãng thời gian tốt nghiệp phổ thông và lên đại học. Tại Việt Nam, xu hướng này đang phát triển rất mạnh trong vài năm trở lại đây, nhất là trong những bạn học trường quốc tế hoặc có ý định du học. Sự phát triển đó phần nào được truyền cảm hứng từ các quốc gia phương Tây, nơi mà học sinh sau khi học cấp ba sẽ nghỉ một năm để đi du lịch hoặc đi làm trước khi lên đại học. Một số trường đại học thậm chí còn khuyến khích sinh viên của mình dành thời gian cho Gap Year hoặc Gap Semester (kéo dài một kỳ). Ngoài ra, các bậc cha mẹ ở Việt Nam cũng đã có thái độ cởi mở hơn với Gap Year, coi đây là một trong những phương pháp giúp con cái của họ trưởng thành hơn.

Lên kế hoạch cụ thể cho Gap Year

Gap Year có thể đem lại rất nhiều lợi ích cho bạn. Nó sẽ cho bạn cơ hội ghé thăm những vùng đất mới, làm quen với những người bạn mới, mở rộng các mối quan hệ xã hội, phát triển các kỹ năng mềm và cải thiện kinh nghiệm làm việc. Nhưng những lợi ích này chỉ có thể đạt được nếu bạn có một kế hoạch rõ ràng và cụ thể cho Gap Year.

Đi đâu và làm gì?

Đây là hai câu hỏi mà bạn cần đặt ra đầu tiên khi lên kế hoạch Gap Year. Nếu bạn muốn đi du lịch để tăng cường trải nghiệm bản thân, bạn sẽ đi những nơi nào? Nếu bạn muốn đi làm toàn thời gian hoặc bán thời gian để cải thiện kinh nghiệm làm việc, bạn sẽ làm ở đâu, cho công ty nào và ở vị trí nào?

Bản thân tôi kết thúc hai năm học bên Anh vào tháng 7/2016 và quyết định sẽ nghỉ một thời gian ở Việt Nam trước khi lên đại học. Và đây là một trong những quãng thời gian khó quên nhất của tôi. Tôi đã có cơ hội ghé thăm rất nhiều vùng đất mới ở Việt Nam và làm quen với những người bạn mới. Tôi đã tham gia rất nhiều công việc mà khi đi du học tôi không thể làm được, từ diễn giả tại các sự kiện du học, diễn giả tại các trường cấp hai đến giáo viên IELTS và giáo viên dạy tiếng Anh cho doanh nghiệp. Ngoài ra, quãng thời gian ở Việt Nam cũng cho tôi cơ hội để tìm hiểu cơ hội du học bậc đại học ở rất nhiều quốc gia – Anh, Đức, Hà Lan, Mỹ, Canada, Úc và New Zealand, trước khi đưa ra một quyết định cuối cùng cho mình. Bạn biết đấy, học đại học là một sự đầu tư rất lớn và có ảnh hưởng đến tương lai của bạn, và thời gian Gap Year là một trong những cách để bạn đưa ra một quyết định đầu tư sáng suốt.

Lên kế hoạch tài chính cho Gap Year

Quãng thời gian Gap Year của bạn sẽ dễ dàng hơn rất nhiều nếu bạn lên một kế hoạch tài chính cụ thể cho nó. Hãy coi Gap Year là một cơ hội để bạn phát triển toàn diện bản thân. Nếu đi du lịch, bạn nên tính toán cẩn thận chi phí của các chuyến đi (sẽ được hướng dẫn cụ thể hơn ở hành trang 18). Sau đó hãy đặt câu hỏi: Bạn sẽ tìm được nguồn tài chính ở đâu để trang trải khoản phí đó? Các câu trả lời khả thi có thể là sự trợ giúp của cha mẹ, tiền tiết kiệm hoặc tiền bạn kiếm được từ việc làm thêm.

Tương tự, nếu bạn muốn ra ở riêng, đi làm và sống hoàn toàn độc lập khỏi bố mẹ trong thời gian Gap Year, bạn cũng cần lên kế hoạch tài chính. Bạn sẽ kiếm được bao nhiêu tiền một tháng và số tiền lương đó có cho phép bạn thực hiện các dự định Gap Year không? Nếu câu trả lời là không, bạn cần thay đổi kế hoạch của mình, ví dụ bằng cách ở với bố mẹ thay vì ra ở riêng để giảm chi phí thuê nhà.

Đừng lãng phí thời gian Gap Year vào những việc vô ích

Đừng để một năm Gap Year của bạn bị lãng phí vào những hoạt động vô ích như cắm ở quán trà sữa 24/24h, tổ chức liên hoan với bạn bè bảy ngày trong tuần hoặc ngủ nướng ở nhà. Một kế hoạch cụ thể cho Gap Year không những sẽ giúp bạn học hỏi được nhiều điều, mà còn giúp bố mẹ an tâm về bạn. Bạn có nghĩ rằng bố mẹ sẽ đồng ý cho bạn nghỉ học một năm nếu như bản thân bạn cũng chưa biết bạn sẽ đi đâu, làm gì và kiếm tiền như thế nào trong một năm đó?

Những việc bạn có thể làm trong Gap Year

Dựa vào kinh nghiệm bản thân và những người bạn cũng đã dành thời gian cho Gap Year, tôi xin chia sẻ một số công việc và hoạt động bạn có thể tham gia trong quãng thời gian Gap Year.

Học

Học cũng là một cách tuyệt vời để dành quãng thời gian Gap Year quý báu của bạn. Với một năm chưa là sinh viên, bạn có thể đăng ký các khóa học lái xe (nếu bạn đã đủ 18 tuổi), ngoại ngữ, tin học hoặc những kỹ năng mềm khác như thuyết trình và quản lý tài chính cá nhân. Bản thân tôi khi ở trong Gap Year đã học và thi xong bằng lái xe máy, bằng lái ô tô và hoàn thành bốn khóa học tiếng Đức trước khi sang Đức học đại học. Nên nhớ rằng việc cải thiện kiến thức của bản thân sẽ giúp bạn tỏa sáng và tự tin hơn rất nhiều khi chính thức bước chân vào giảng đường đại học.

Công việc

Trong thời gian Gap Year, bạn hoàn toàn có thể đi làm toàn thời gian hoặc bán thời gian. Lời khuyên của tôi đó là hãy cố gắng chọn một công việc liên quan đến ngành học ở đại học hoặc công việc mơ ước sau khi tốt nghiệp của bạn. Nếu bạn muốn làm việc cho một công ty tổ chức sự kiện sau khi tốt nghiệp đại học, thì có lẽ một năm Gap Year làm công việc kế toán sẽ không giúp CV của bạn tỏa sáng. Ngoài ra, như tôi đã phân tích ở phần 2 – Làm việc hết mình, ở tuổi 20, bạn không nên đặt lương bổng làm tiêu chí hàng đầu khi lựa chọn công việc. Cải thiện kỹ năng mềm, tăng cường kinh nghiệm làm việc trong môi trường chuyên nghiệp hay mở rộng các mối quan hệ xã hội nên là những mục tiêu quan trọng hơn của bạn.

Du lịch

Một năm Gap Year cũng là quãng thời gian lý tưởng để bạn đi du lịch, gặp gỡ những con người mới và khám phá những vùng đất

mới. Bạn không cần nhất thiết phải du lịch nước ngoài để trải nghiệm hết những điều thú vị này. Việt Nam là một đất nước với 63 tỉnh, thành phố và 54 dân tộc anh em. Vì thế tôi tin rằng bạn cũng sẽ học hỏi được rất nhiều điều mới mẻ bằng cách đi du lịch đến những địa danh ở Việt Nam. Nhưng nếu thời gian và tài chính cho phép, thì du lịch nước ngoài là một sự lựa chọn không thể bỏ qua. Trong hành trang 18, tôi sẽ phân tích cụ thể hơn lợi ích của việc đi du lịch, tiêu chí của một chuyến đi lý tưởng và những việc cần làm trước, trong và sau chuyến đi.

Hoạt động xã hội

Tham gia các sự kiện cộng đồng, các câu lạc bộ địa phương hoặc những hoạt động tình nguyện là một cách khác để bạn dành thời gian Gap Year một cách hiệu quả. Như tôi đã phân tích ở hành trang 14, mặc dù những hoạt động này có thể không giúp bạn tạo ra thu nhập, những nó sẽ giúp bạn đóng góp trực tiếp vào sự phát triển của cộng đồng và xã hội.

Ví dụ về một Gap Year thành công

Một trong những du học sinh đã dành thời gian Gap Year một cách rất hiệu quả mà tôi quen là Võ Tường An. An sinh năm 1998 tại huyện Bình Sơn, Quảng Ngãi và tốt nghiệp trường THPT John Bapst Memorial (Mỹ) năm 2016. Cô đã được rất nhiều trường đại học hàng đầu nước Mỹ trao học bổng và thư mời học như Harvard, Stanford, Cornell và Yale. An quyết định chọn ngành Khoa học Chính trị tại đại học Stanford vì cô yêu thích môi trường năng động tại ngôi trường này. Mặc dù được học bổng ngay sau khi tốt nghiệp THPT, nhưng An quyết định nghỉ một năm để dành thời gian cho Gap Year và sau đó sẽ bắt đầu học tại Stanford từ tháng 9/2017.

Trong một năm Gap Year, An đã tham gia rất nhiều dự án và đảm nhận nhiều vai trò khác nhau. Tháng 7/2016, tôi gặp An khi cả hai cùng là huấn luyện viên khởi nghiệp tại trại hè VYE YEA Camp 2016. Đây là trại hè về kinh doanh và khởi nghiệp với tiêu chuẩn quốc tế đầu tiên tại Việt Nam, với đối tượng trại viên là các em học sinh cấp ba. An cũng là đồng sáng lập tổ chức ICE Vietnam (viết tắt của “International

Catalysts for Empowerment”) và đã tổ chức một buổi hội thảo rất nổi tiếng mang tên “Tuổi trẻ - Gieo tri thức, gặt tương lai”, nơi cô cùng ca sĩ Hà Anh Tuấn là hai diễn giả chính.

Tháng 6/2017, An cùng các thành viên của ICE Vietnam đã tổ chức rất thành công dự án mang tên "60 Ngày", khi cô và các tình nguyện viên về dạy học miễn phí cho các em nhỏ tại đảo Lý Sơn (Quảng Ngãi). Các dự án của An không những thành công về mặt tổ chức, mà còn giúp kết nối các cá nhân có chung niềm đam mê và tạo ra một tác động tích cực lên sự phát triển của cộng đồng.

Tổng kết Hành trang 17

Quãng thời gian Gap Year của bạn sẽ hiệu quả hơn rất nhiều nếu bạn lên một kế hoạch làm việc, đi lại và tài chính cụ thể cho nó.

Học kỹ năng và tham gia hoạt động cộng đồng là hai cách tuyệt vời để dành quãng thời gian Gap Year quý báu của bạn.

Một năm Gap Year cũng là quãng thời gian lý tưởng để bạn đi du lịch, gặp gỡ những con người mới và khám phá những vùng đất mới.

Hành trang 18
Du lịch

Trong những năm trở lại đây, du lịch đã trở thành một xu hướng rất phổ biến trong giới trẻ. Nhiều người trẻ ngày nay không còn ưa thích những tour du lịch trọn gói truyền thống hay ở qua đêm tại những khách sạn sang trọng. Ngược lại, họ mong muốn tìm kiếm một trải nghiệm du lịch "bụi" – bình dân, đời thường nhưng đầy những trải nghiệm thú vị và bất ngờ. Sự thay đổi trong thói quen tiêu dùng này là chất xúc tác giúp rất nhiều sản phẩm du lịch phát triển, từ những ứng dụng đặt phòng khách sạn qua điện thoại đến mô hình nhà ở homestay.

Lợi ích của việc đi du lịch

Đi du lịch là cách tuyệt vời để bạn khám phá những vùng đất và nền văn hóa mới. Bằng việc đi du lịch, bạn còn có thể học một ngoại ngữ mới, thử những món ăn mới hay tham gia vào những lễ hội đường phố mà bạn chỉ từng thấy trên truyền hình. Ngoài ra, bạn còn có cơ hội kết bạn mới trên hành trình của mình và từ đó trải nghiệm những điều mà chính bạn cũng chưa lên kế hoạch trước.

Đi du lịch cũng là một cách để bạn phát triển nhiều kỹ năng. Kỹ năng đầu tiên là ngoại ngữ. Khi đến một quốc gia mà người dân nói tiếng Anh rất kém, bạn sẽ phải học một vài cấu trúc câu cơ bản trong ngôn ngữ bản địa của họ. Kỹ năng tiếp theo là lên kế hoạch. Để có một chuyến đi thành công, bạn sẽ phải lên kế hoạch cụ thể về phương tiện đi lại, chỗ ở, nhà hàng và các địa điểm tham quan. Cuối cùng, đi du lịch sẽ giúp bạn biết cách lên kế hoạch tài chính và quản lý ngân sách cá nhân tốt hơn.

Những công việc cần làm trước chuyến đi

Tìm hiểu điểm đến

Bạn có thể tìm hiểu về điểm đến như cách bạn tìm hiểu quốc gia mơ ước mà bạn muốn du học. Những tạp chí du lịch, website tư vấn du lịch, đặt phòng khách sạn, website của các hãng hàng không hay tư vấn từ những du khách đã từng đặt chân đến đó đều là các nguồn thông tin lý tưởng cho bạn. Tuy nhiên, bạn nên nhớ rằng thông tin bạn được cung cấp về điểm đến có thể kém xa chất lượng thực sự của nó. Đây là điều mà bạn thường thấy ở các tờ rơi quảng cáo về những trường đại học nước ngoài – Chúng thường đẹp lung linh hơn những gì bạn thực sự thấy.

Một số đặc điểm chính của địa điểm đến bạn có thể tìm hiểu đó là ngôn ngữ, văn hóa, phong tục tập quán, luật pháp sở tại, những ngày nghỉ lễ và sự kiện đặc biệt. Hãy tự đặt những câu hỏi sau cho bạn và những người bạn đồng hành:

Ngôn ngữ chính của điểm đến là gì? Tôi có thể nói tiếng Anh với họ không hay nên học một vài ngữ pháp cơ bản của tiếng địa phương?

Phần lớn người dân ở những quốc gia mà tôi đã đặt chân đến tại châu Âu đều có khả năng nói tiếng Anh khá tốt vì vậy tôi không cần học ngôn ngữ bản địa của họ khi du lịch. Tuy nhiên, tôi luôn chuẩn bị bên cạnh mình công cụ Google Translate. Bạn sẽ thấy nó cực kỳ hữu ích khi gặp phải một người cao tuổi không biết nói tiếng Anh. Bạn có thể gõ thông tin cần nói và Google Translate sẽ dịch đến bất cứ ngôn ngữ nào bạn muốn.

Người dân địa phương phong tục, tập quán nào trong cuộc sống và giao tiếp hàng ngày?

Để tiền boa trong nhà hàng sau khi ăn xong không phải là một văn hóa phổ biến ở những quốc gia như Trung Quốc, Nhật Bản, Hàn Quốc, Thụy Sĩ và Úc, nhưng lại là một phần văn hóa, thậm chí là luật lệ tại Indonesia, Dubai, Argentina, Canada hay Chile. Ngoài tiền boa, bạn cũng cần tìm hiểu những văn hóa khác như cách chào hỏi và văn hóa tham gia phương tiện công cộng. Giống như du học, khi đi du lịch, bạn là một đại sứ của Việt Nam. Bất cứ hành động thiếu văn hóa nào của bạn cũng có thể khiến bạn bè quốc tế có một cái nhìn không chính xác về người Việt Nam.

Những hành vi nào được coi trọng và những hành vi nào được coi là sự xúc phạm?

Mỗi quốc gia, bao gồm cả Việt Nam, đều có những bộ quy tắc

chuẩn mực cũng như danh sách đen về hành vi ứng xử. Một ví dụ điển hình cho điều này là ngôn ngữ cơ thể. Mặc dù việc giơ ngón tay cái được coi một cách rộng rãi là thể hiện sự đồng ý, nó là một sự xúc phạm ở Hy Lạp và vùng Trung Đông. Việc tạo hình chữ V được rất nhiều người gắn liền với chiến thắng (Victory) và hòa bình (Peace), nhưng lại là một cử chỉ khiếm nhã ở Úc và Anh. Việc tạo dấu hiệu "OK" lại không hề ok tí nào nếu bạn đến Nga hoặc Brazil.

Những hành vi nào là hợp pháp ở Việt Nam nhưng vi phạm pháp luật ở nước sở tại?

Luật pháp mỗi nước khác nhau và bạn cần chấp nhận thực tế này. Sau khi du lịch Singapore hai lần, tôi mới nhận ra rằng nhai kẹo cao su tại quốc gia này là bất hợp pháp. Tại Dubai hay nhiều quốc gia Hồi giáo, việc ăn mặc hở hang ngoài đường có thể khiến bạn đi tù. Tại nhiều quốc gia khác, luật lệ giao thông lại rất nghiêm ngặt. Ví dụ tại Đức, việc quay đầu xe tạo ra hình chữ U (U-turn) là vi phạm pháp luật. Tất nhiên, bạn không cần học toàn bộ một quyển sách luật của một quốc gia trước khi đi du lịch đến đó. Nhưng việc biết những luật lệ cơ bản liên quan đến các hoạt động du lịch như ăn uống, nghỉ ngơi ở khách sạn, vui chơi, tham quan và tham gia giao thông là không hề thừa.

Những lưu ý trong sự kiện hay ngày lễ đặc biệt của địa phương

Cuối năm 2015, khi tôi du lịch đến Berlin cũng là thời điểm vừa xảy ra loạt vụ khủng bố đẫm máu ở Paris làm hơn 130 người thiệt mạng. Dịp Giáng sinh năm ấy cả châu Âu chìm trong nỗi lo sợ về tấn công khủng bố và vì thế người dân được khuyên hạn chế tụ tập đông người. Vào năm 2017, tôi đến Paris đúng vào ngày kỷ niệm kết thúc chiến tranh thế giới thứ nhất (11 tháng Mười một). Phần lớn các cửa hàng và quán ăn đóng cửa vì đây là một ngày nghỉ quốc gia của Pháp. Vì thế, lời khuyên dành cho bạn đó là hãy tìm hiểu xem vào ngày bạn đặt chân đến điểm đến, ở đó có tổ chức sự kiện gì đặc biệt hay không.

Những số điện thoại khẩn cấp ở địa phương đó là gì (cảnh sát, cứu hỏa, cứu thương, ...)? Nếu có vấn đề về giấy tờ tùy thân, tôi có thể liên hệ đại sứ quán Việt Nam ở quốc gia đó bằng cách nào?

Hãy lưu sẵn những số điện thoại khẩn cấp của địa phương bạn du lịch đến vào máy của bạn. Ngoài ra, bạn cũng nên lưu lại địa chỉ và số điện thoại của đại sứ quán Việt Nam ở nước sở tại, đề phòng trường hợp bạn mất hộ chiếu.

Lên kế hoạch phương tiện

Sau khi tìm hiểu điểm đến, bạn cần trả lời hai câu hỏi: Bạn sẽ sử dụng phương tiện giao thông nào để đến đó và trong quãng thời gian du lịch tại đó? Tùy thuộc vào điểm đến của bạn, có rất nhiều loại hình phương tiện giao thông mà bạn có thể lựa chọn.

Máy bay

Nếu bạn muốn du lịch trong nước bằng máy bay, tin vui cho bạn đó là giờ đây rất nhiều tỉnh, thành phố của Việt Nam đã có sân bay. Nhiều hãng hàng không giá rẻ cũng ra đời tại Đông Nam Á và cung cấp rất nhiều đường bay hợp túi tiền trong phạm vi khu vực. Du lịch bằng đường hàng không chưa bao giờ thuận tiện và có giá cả phải chăng như hiện nay. Để tìm được vé máy bay giá rẻ, bạn nên đặt càng sớm càng tốt. Việc tìm chuyến bay trên các website và ứng dụng di động như SkyScanner, KaYak, Google Flights, CheapFlights, Expedia và Travelocity cũng rất thuận tiện vì chúng sẽ tự động so sánh giá cả giữa các hãng hàng không cho bạn. Tuy nhiên, nếu bạn biết chắc chắn rằng đường bay của bạn được vận hành bởi một hãng hàng không, hãy ghé thăm trực tiếp website của họ để tìm được giá vé rẻ nhất. Đặt chuyến bay qua những công cụ trực tuyến đôi khi sẽ khiến bạn trả giá cao hơn vì phí dịch vụ.

Tàu

Tàu là sự lựa chọn lý tưởng cho những chặng đường trung bình và ngắn. Ngoài ra, chúng cũng có giá phải chăng hơn đi máy bay. Nếu bạn đi tàu trong địa phận Việt Nam, hãy truy cập trực tiếp website của Tổng Công ty Đường sắt Việt Nam để mua vé giá rẻ và tránh hiện tượng cò vé ở nhà ga: http://dsvn.vn/#/. Ở các quốc gia phát triển, họ có thể có nhiều công ty tàu tư nhân cùng vận hành một tuyến. Vì vậy, bạn cần nghiên cứu trước trên mạng xem phương án nào là tiết kiệm thời gian và rẻ nhất cho bạn.

Xe khách

Lợi thế của xe khách so với tàu đó là giá rẻ hơn, mặc dù tốc độ của xe khách thường chậm hơn tàu. Mạng lưới xe khách hiện nay đã cho phép bạn đặt chân đến tất cả các tỉnh, thành phố của Việt Nam. Nếu bạn đi nước ngoài, có rất nhiều tuyến xe khách nối liền các thành phố và quốc gia. Ví dụ, khi đi du lịch đến những thành phố lớn ở châu Âu như Amsterdam và Zurich, tôi đã sử dụng dịch vụ xe khách từ Đức. Phần lớn dịch vụ xe khách đường dài ở châu Âu đều trang bị những tiện nghi hiện đại như Wifi và ổ sạc. Cũng

giống như phương án đi máy bay và tàu, bạn cần nghiên cứu trước xem phương án nào là hợp lý nhất, vì có thể có rất nhiều hãng xe khách cùng hoạt động tại một điểm đến. Một điểm chung nữa của vé máy bay, tàu và xe khách ở phần lớn các quốc gia là nếu bạn đặt càng sớm và đặt theo nhóm, bạn sẽ càng có nhiều cơ hội được giảm giá.

Thuê phương tiện cá nhân

Bạn cũng có thể cân nhắc việc thuê những phương tiện cá nhân như xe đạp, xe máy và ô tô để đảm bảo sự chủ động trong việc đi lại. Nếu bạn thuê xe cá nhân ở nước ngoài, hãy đảm bảo rằng bạn có bằng lái quốc tế và rằng bạn am hiểu luật giao thông ở nước sở tại.

Phương tiện công cộng

Tại rất nhiều điểm đến du lịch, taxi và phương tiện công cộng là sự lựa chọn lý tưởng cho du khách. Ví dụ, khi du lịch đến Brussels, tôi đã sử dụng tàu điện ngầm để ghé thăm tất cả những địa điểm tham quan nổi tiếng của thành phố. Điểm tiện lợi của nhiều hệ thống phương tiện công cộng đó là chúng có vé ngày (Day Tickets) và bạn có thể đi không hạn chế tất cả các loại phương tiện công cộng trong một ngày. Để đảm bảo rằng bạn không bị lạc đường, tôi khuyên bạn nên tải những ứng dụng giao thông địa phương. Ví dụ, nếu bạn đến Đức, hãy tải Deutsche Bahn. Nếu bạn đến Hà Lan, hãy tải NS Reisplanner Xtra.

Lên kế hoạch chỗ ở

Nếu bạn ở qua đêm tại điểm đến, tìm kiếm chỗ ở là một điều cần thiết trong quá trình lên kế hoạch. Nếu bạn có người thân hoặc bạn bè tại điểm đến và họ sẵn lòng cho bạn ngủ qua đêm tại nhà họ, điều này thật lý tưởng. Nếu không, bạn vẫn có thể tìm được cho mình và những người bạn đồng hành một chỗ ở hợp túi tiền bằng cách sử dụng những công cụ dưới đây.

Trivago

Được thành lập tại Đức, Trivago là công cụ tìm kiếm và so sánh giá phòng khách sạn, với cơ sở dữ liệu là hơn 1.8 triệu khách sạn tại trên 190 quốc gia. Phiên bản Trivago tiếng Việt có địa chỉ: https://www.trivago.vn/

Booking.com

Booking.com là công cụ được thành lập tại Hà Lan với văn phòng đại diện ở hơn 70 quốc gia. Cơ sở dữ liệu của Boooking.com cho phép bạn tìm kiếm hơn 1.5 triệu khách sạn tại trên 229 quốc gia và vùng lãnh thổ. Ngoài khách sạn, Booking.com còn cung cấp dịch vụ tìm kiếm vé máy bay, tàu, nhà hàng và cho thuê ô tô. Phiên bản Booking.com tiếng Việt có địa chỉ: https://www.booking.com/country/vn.vi.html

Traveloka

Traveloka có rất nhiều điểm giống so với Trivago và Booking.com. Tuy nhiên, dịch vụ này tập trung phục vụ phân khúc khách hàng ở thị trường Đông Nam Á, bao gồm Việt Nam. Phiên bản tiếng Việt của Traveloka có địa chỉ: https://www.traveloka.com/vi-vn/

AirBnB

AirBnB được biết đến như là một phát minh đã thay đổi ngành du lịch, khách sạn trên thế giới. Sau khi tạo một tài khoản AirBnB, bạn có thể tìm kiếm các loại nhà ở khác nhau, từ khách sạn cao cấp đến bình dân, từ nhà nghỉ giá rẻ đến homestay tại trên 191 quốc gia khác nhau. Trang chủ của AirBnB là: https://www.airbnb.com/. Ngoài ra, bạn cũng có thể truy cập dịch vụ của hãng bằng cách tải ứng dụng AirBnB trên thiết bị di động.

Mạng xã hội

Mạng xã hội cũng là một công cụ lý tưởng để bạn tìm được nhà ở cho chuyến du lịch sắp tới. Ví dụ, trên trang Facebook của các hội sinh viên Việt Nam tại Đức thường xuất hiện các bài đăng tìm người cho ở nhờ (host). Phần lớn những bài đăng này được đăng bởi các bạn sinh viên Việt Nam có kế hoạch đi châu Âu ngắn ngày và muốn ghé chân ở Đức trong hành trình của họ. Tuy nhiên, nếu điểm đến yêu cầu bạn xin visa, thì bạn nên tìm một nơi ở có tính pháp lý (là một nơi cung cấp dịch vụ nghỉ ngơi) và bảo vệ quyền lợi của bạn như khách sạn. Không những điều này giúp bạn tăng cơ hội nhận được visa, mà còn giúp bạn đối phó với các tình huống khó xử khác, ví dụ mất đồ tại nhà host.

Lên kế hoạch về những địa điểm tham quan và ăn uống

Có nhiều cách để bạn tìm hiểu xem mình nên đến những địa điểm tham quan và nhà hàng nào. Bạn có thể hỏi những người đã từng đến đó, tìm hiểu thông tin từ các công ty môi giới du lịch, tạp chí du lịch hoặc website chuyên dành cho dân du lịch. Bản thân tôi khi đi đến bất cứ đâu cũng đều tin tưởng chọn TripAdvisor, một

cuốn "cẩm nang di động" cho dân du lịch. Khi tìm kiếm một điểm đến, ví dụ Bangkok, TripAdvisor sẽ gợi ý cho bạn những điều có thể làm và trải nghiệm ở thủ đô của Thái Lan, từ ngắm cảnh, trung tâm mua sắm, công viên ngoài trời đến bảo tàng và rạp chiếu phim. Mỗi địa điểm đều có đánh giá từ những người đã từng đặt chân đến đó nên có tính khách quan khá cao. Website của TripAdvisor có địa chỉ: https://www.tripadvisor.com/

Lên kế hoạch tài chính

Với một chuyến du lịch ngắn ngày, nhất là sau khi bạn đã tính toán được chi phí đi lại, nhà ở và tham quan, việc tính toán tổng chi phí không hề khó khăn. Bạn chỉ cần cộng tất cả các chi phí nhỏ lại. Ngoài ba chi phí chính là đi lại, nhà ở và tham quan, ăn uống, bạn cũng nên thêm những loại chi phí khác tùy thuộc vào quốc gia bạn tới, ví dụ xin VISA và mua sắm. Dưới đây là ví dụ về việc tính toán tổng chi phí cho một chuyến đi ba ngày hai đêm đến Tam Đảo (Vĩnh Phúc) mà tôi và những người bạn thân đã từng thực hiện.

Loại chi phí	Số tiền/ người
Vé xe khách lên Tam Đảo (đi + về)	200,000 VNĐ
Tiền taxi trong ba ngày	300,000 VNĐ
Tiền khách sạn hai đêm	400,000 VNĐ
Vé tham quan các địa điểm nổi tiếng	300,000 VNĐ
Ăn uống trong ba ngày	300,000 VNĐ
Mua sắm	200,000 VNĐ
Tổng chi phí	1,700,000 VNĐ

Có hai bí quyết về mặt tài chính cho chuyến đi mà tôi muốn chia sẻ với bạn. Thứ nhất, hãy đảm bảo rằng bạn có mang theo tiền mặt, bao gồm tiền tệ địa phương, vì bạn có thể sẽ ghé thăm những cửa hàng không chấp nhận thẻ ngân hàng. Thứ hai, hãy luôn mang trong mình một thẻ ngân hàng có chức năng rút tiền quốc tế nếu bạn ra nước ngoài, đề phòng trường hợp bạn hết tiền mặt.

Những điều nên trải nghiệm trong chuyến đi

Danh lam thắng cảnh

Chiêm ngưỡng những danh lam thắng cảnh của điểm đến chắc

chắn là điều bạn không muốn bỏ qua. Nếu chuyến đi của bạn ngắn ngày, hãy đảm bảo rằng bạn sẽ tham quan hết những địa điểm nổi tiếng hàng đầu của thành phố hoặc quốc gia đó. Ví dụ, khi ghé thăm thủ đô Brussels, mặc dù chỉ có một ngày, nhưng tôi vẫn quyết tâm ghé thăm những danh lam thắng cảnh nổi tiếng nhất của thành phố, như Grand Place, Notre Dame du Sablon, Atomium, St. Michael Catherdral và Manneken Pis.

Ẩm thực

Ẩm thực là một phần quan trọng của văn hóa địa phương mà du khách không nên bỏ lỡ. Trong chuyến thăm năm thành phố của Hà Lan, bao gồm Amsterdam, Rotterdam, Den Haag, Ultrecht và Arnhem, tôi đã có cơ hội thử những đặc sản nổi tiếng của quốc gia này, bao gồm bánh quế (waffle) phong cách Hà Lan, cá trích sống và bánh Poffertjes.

Phong tục, tập quán hàng ngày

Nếu có đủ thời gian, bạn cũng nên tham gia vào các hoạt động cộng đồng hoặc hoạt động trải nghiệm dành cho du khách để bạn hiểu hơn về phong tục, tập quán bản địa. Khi du lịch đến thành phố Cần Thơ, tôi đã có cơ hội ngồi thuyền đi trên sông Cửu Long và ghé thăm chợ nổi Cái Răng. Đây là một cách tuyệt vời để tôi hiểu hơn về cuộc sống hàng ngày giản dị và yên bình của người miền Tây. Ngoài ra, trong chuyến thăm Sapa, tôi cũng đã ăn cơm cùng người dân bản địa trong một căn nhà sàn và thưởng thức những đặc sản mang đậm phong cách núi rừng Tây Bắc.

Lễ hội

Bạn có thể chủ động tìm hiểu thời gian tổ chức các lễ hội của địa phương và sắp xếp thời gian du lịch đúng vào lúc đó, vì đây cũng là cách để bạn trải nghiệm một điều vô cùng độc đáo của văn hóa bản địa. Dịp ghé thăm Singapore và Malaysia, tôi đã có cơ hội trải nghiệm một vài lễ hội ẩm thực đường phố ở hai quốc gia này. Singapore và Malaysia đều là những quốc gia rất đa dạng về văn hóa và vì thế những lễ hội ẩm thực của họ cũng rất phong phú với rất nhiều lựa chọn.

Làm quen với người dân bản địa

Hãy kết bạn mới trên hành trình của bạn bằng cách làm quen với người dân bản địa. Nếu bạn làm quen trước với họ, họ còn có thể trở thành hướng dẫn viên du lịch cho bạn. Còn gì tuyệt vời hơn khi được chính người dân bản địa dẫn đi tham quan thành phố và

khám phá những trải nghiệm đặc biệt mà chỉ họ mới biết. Khi ghé thăm Zurich, tôi đã làm quen được với một cặp đôi trẻ người Thụy Sĩ. Họ đã dành hai ngày dẫn tôi tham quan tất cả những địa điểm nổi tiếng nhất của thành phố và cùng tôi trải nghiệm đồ ăn châu Á trên đất nước Thụy Sĩ. Còn khi du lịch đến thành phố New York, tôi đã có cơ hội làm quen với một vài du học sinh. Chúng tôi chia sẻ với nhau những trải nghiệm du học và đến bây giờ vẫn còn giữ liên lạc với nhau.

Cuộc sống về đêm

Nếu chuyến đi của bạn dài hơn một ngày, tôi đặc biệt khuyến khích bạn nên trải nghiệm cuộc sống về đêm của địa phương. Cuộc sống về đêm thường rất sôi động ở những thành phố lớn và là cách tuyệt vời để bạn hiểu rõ hơn về văn hóa bản địa, cũng như kết bạn mới. Khi du lịch đến Paris, tôi đã có nhiều trải nghiệm tuyệt vời về đêm tại thành phố này. Tôi đã ghé thăm những quán ăn mang đậm chất Pháp và ngắm những danh lam thắng cảnh khi thành phố lên đèn, một trải nghiệm mà bất kỳ du khách nào cũng không muốn bỏ lỡ. Còn mỗi lần về Việt Nam và ghé thăm Sài Gòn, tôi đều dành một buổi tối lên phố Bùi Viện và thưởng thức những món ăn đường phố ở đây.

Những công việc cần làm sau chuyến đi

Ghi lại những gì bạn đã học được

Sau khi chuyến đi kết thúc, hãy ghi lại những điều bạn đã học được, hay nói cách khác bạn đã thay đổi thế nào sau chuyến đi. Bạn đã học được ngoại ngữ gì mới? Bạn đã kết được bao nhiêu bạn mới? Bạn đã học được điều gì đặc biệt về văn hóa của địa phương bạn ghé thăm? Bạn đã phát triển được kỹ năng mềm nào, ví dụ quản lý tài chính cá nhân? Có điều gì bạn cần rút kinh nghiệm cho các chuyến đi trong tương lai không, ví dụ chuẩn bị nhiều tiền mặt? Đây đều là những câu hỏi bạn có thể tự đặt ra cho bản thân để hiểu được bạn đã học được gì từ việc đi du lịch.

Chia sẻ những gì bạn đã học được cho người khác

Bạn cũng nên chia sẻ những điều bạn đã học được, hoặc những kinh nghiệm du lịch cho người khác bằng cách đăng chúng lên mạng xã hội, blog cá nhân hoặc chia sẻ chúng qua email và điện thoại. Những kinh nghiệm này sẽ là lời khuyên thực tế hữu ích cho những ai cũng có dự định du lịch đến điểm đến đó như bạn đã từng.

Giữ liên lạc với những người bạn làm quen được trên hành trình

Như tôi đã chia sẻ ở hành trang 12 về phát triển các mối quan hệ xã hội, bạn nên giữ liên lạc và thường xuyên hỏi thăm những người bạn mới đã làm quen được trên hành trình. Biết đâu trong tương lai, họ sẽ ghé thăm thành phố bạn đang sinh sống và rất cần sự trợ giúp của bạn.

Để đánh giá hiệu quả của một chuyến đi, tôi nghĩ rằng bạn nên dựa vào ba tiêu chí, đó là:

• Vui vẻ: Bạn có cảm thấy thư giãn và thoải mái sau chuyến đi không?

• Hiệu quả: Chuyến đi có giúp bạn học được điều gì hữu ích không?

• Có chi phí hợp lý: Chuyến đi có tiêu tốn quá nhiều tiền của bạn không hay nó chỉ là một phần nhỏ trong kế hoạch tài chính của bạn?

Nếu cả ba tiêu chí này đều được đạt, thì tôi tin chắc rằng bạn đã có một chuyến đi du lịch tuyệt vời!

Tổng kết Hành trang 18

Khi đi du lịch, bạn sẽ có cơ hội kết bạn mới trên hành trình của mình và từ đó trải nghiệm những điều mà chính bạn cũng chưa lên kế hoạch trước.

Một số đặc điểm chính của địa điểm đến bạn có thể tìm hiểu đó là ngôn ngữ, văn hóa, phong tục tập quán, luật pháp sở tại, những ngày nghỉ lễ và sự kiện đặc biệt.

Mạng xã hội và các ứng dụng di động là các công cụ lý tưởng để bạn tìm được vé máy bay giá rẻ nhà ở cho chuyến du lịch sắp tới.

Hãy luôn mang trong mình một thẻ ngân hàng có chức năng rút tiền quốc tế nếu bạn ra nước ngoài, đề phòng trường hợp bạn hết tiền mặt.

Một chuyến đi lý tưởng cần đáp ứng ba tiêu chí: Vui vẻ, hiệu quả và có chi phí vừa phải.

Hành trang 19

Làm quen với những người bạn quốc tế

Lý do hành trang này tập trung vào kỹ năng làm quen với những người bạn quốc tế là bởi vì quá trình toàn cầu hóa và hội nhập văn hóa đang tác động ngày càng mạnh mẽ đến thế hệ trẻ Việt Nam. Sự hiểu biết về những phương pháp giao tiếp đa văn hóa (Intercultural Communication) và hòa nhập vào những môi trường đa sắc tộc sẽ là hành trang quan trọng cho bất kỳ bạn trẻ nào của xã hội hiện đại.

Tôn trọng sự khác biệt

Bí quyết đầu tiên để làm quen với những người bạn quốc tế là bạn phải chấp nhận và tôn trọng sự khác biệt về văn hóa. Mỗi một tôn giáo, nền văn hóa và quốc gia sẽ có những phong cách sống, quy tắc đạo đức và phong tục, tập quán của riêng họ. Họ cũng có những cái nhìn khác nhau về hành vi nào là chuẩn mực đạo đức và hành vi nào là xấu xa. Một hành động hoặc niềm tin được coi là bình thường ở quốc gia này (ví dụ hôn nhân đồng tính) có thể là điều cấm kỵ và vi phạm pháp luật ở quốc gia khác (ví dụ thế giới Hồi giáo).

Không có nền văn hóa nào là "tốt" hơn

Không có nền văn hóa nào là số một trên thế giới này, cũng không có nền văn hóa nào là tốt đẹp hay xấu xa hơn nền văn khóa khác. Đơn giản, chúng chỉ khác biệt. Nếu nhìn lên bình diện toàn cầu, bạn sẽ nhận ra phần lớn những bi kịch lớn của nhân loại như việc Adolf Hitler tàn sát hơn sáu triệu người Do Thái đều được gây ra bởi sự hiểu nhầm về văn hóa và sự ngộ nhận rằng "nền văn hóa của tôi là số một".

Tránh "vơ đũa cả nắm"

Một bí kíp giao tiếp cực kỳ quan trọng trong môi trường quốc tế đó là bạn không nên "vơ đũa cả nắm" người dân của một tôn giáo, quốc gia hay nền văn hóa. Những câu nói "vơ đũa cả nắm" có thể tích cực, có thể tiêu cực nhưng đều cho thấy cái nhìn thiếu khách quan, ví dụ "Người Đức thật là đúng giờ nhưng không có tính hài hước", "Người Nam Phi toàn là những người đến muộn" hay "Người Trung Quốc nào cũng sẽ giỏi toán thôi". Bạn có nghĩ rằng hơn 80 triệu người Đức đều đúng giờ và không biết pha trò cười, và rằng gần 1.4 tỷ người Trung Quốc đều giỏi toán? Câu trả lời rõ ràng là không. Hay nói cách khác, lời khuyên ở đây đó là bạn không nên có định kiến với bất kỳ ai chỉ dựa vào gốc gác văn hóa của họ.

Bí quyết cho lần đầu gặp mặt

Nếu bạn gặp một người nước ngoài lần đầu và không chắc rằng họ đến từ quốc gia hay nền văn hóa nào, hãy tiếp cận họ bằng hai phương pháp an toàn sau đây.

Hãy hỏi "Where are you from?"

Phương pháp an toàn nhất đó là bạn hãy hỏi họ đến từ đâu, sau đó có một cách tiếp cận phù hợp. Khi ra nước ngoài, tôi đã từng được hỏi câu này khá nhiều lần: "Are you from China?". Chỉ bởi vì một người trông có vẻ đến từ châu Á, không có nghĩa họ là người Trung Quốc. Hay chỉ bởi vì một người có tóc vàng và uống bia, không có nghĩa họ phải là người Mỹ. Nói cách khác, đừng bao giờ đánh giá một con người, bao gồm gốc gác văn hóa, dựa vào những đặc điểm ngoại hình của họ.

Hãy tiếp cận một cách trang trọng trước

Có một vài nền văn hóa nổi tiếng với sự thân thiện từ lần đầu gặp mặt và không coi trọng lễ nghi trong giao tiếp, ví dụ như New Zealand, Úc, Tây Ban Nha, Italia và Nam Phi. Bạn có thể trở thành bạn thân của họ ngay sau một buổi đi chơi. Tuy nhiên, điều này không có nghĩa bạn nên có những hành vi quá thân mật hoặc suồng sã trong lần đầu gặp mặt, vì như tôi đã nói ở trước, không phải gần năm triệu người New Zealand nào cũng sẵn sàng chia sẻ đời tư với bạn trong lần đầu gặp mặt. Hãy tiếp cận một cách trang trọng và lịch sự trước, rồi sau đó bạn có thể cân nhắc tiếp cận họ một cách thân mật hơn.

Những kiến thức cần biết về các nền văn hóa phổ biến trên thế

giới

Nguồn ảnh: Seven Continents Five Oceans

Bây giờ hãy cùng tôi dạo quanh một vòng Trái Đất và tìm hiểu những nét đặc trưng cơ bản của các châu lục phổ biến trên thế giới nhé. Lồng ghép ý những nội dung khái quát này là quan sát của cá nhân. Tuy nhiên, những đặc trưng văn hóa này sẽ giúp bạn có được cách tiếp cận phù hợp khi gặp những người nước ngoài và tránh những hiểu nhầm về văn hóa.

Châu Á

Người dân châu Á rất coi trọng các mối quan hệ và cấp bậc trong xã hội. Đối với người dân của châu lục này, tuổi tác đi kèm với trí tuệ và kinh nghiệm sống, vì vậy họ luôn dành sự kính trọng đặc biệt cho người cao tuổi hoặc có cấp bậc lớn hơn mình. Trong giao tiếp, người dân châu Á hạn chế chỉ trích đối phương một cách trực tiếp để giữ thể diện cho nhau. Lời nói của họ thường có cả nghĩa đen và nghĩa bóng. Về mặt thời gian, người châu Á có cách tiếp cận khá linh hoạt và có thể thay đổi lịch hẹn ngay trước khi bắt đầu. Khi giao tiếp với phụ nữ châu Á lần đầu tiên, bạn nên hạn chế những cử chỉ đụng chạm cơ thể như bắt tay, ôm và hôn. Một lời chào hỏi là đủ cho lần gặp đầu tiên.

Châu Úc

Người dân Australia và New Zealand nổi tiếng với sự thân thiện, cởi mở và thẳng thắn trong giao tiếp. Một cái bắt tay là điều rất bình thường trong lần đầu gặp mặt, cho dù đối phương là đàn ông hay phụ nữ. Tuy nhiên, họ sẽ vẫn giữ khoảng cách không gian với bạn khi nói chuyện để tạo sự tự do cho cả hai. Khác với người châu Á, trong giao tiếp, người Australia và New Zealand coi trọng giao tiếp bằng mắt và coi đây là dấu hiệu của sự tin tưởng. Ngoài ra, người dân của hai quốc gia này cũng nổi tiếng với tính hài hước và

vì thế bạn đừng bất ngờ trước những câu nói đùa của họ.

Châu Phi

Người dân châu Phi nổi tiếng với sự hài hước, đơn giản trong giao tiếp và có một cách tiếp cận rất linh hoạt về thời gian. Ngoài ra, họ cũng không ngần ngại hỏi những câu hỏi cá nhân ngay trong lần đầu gặp mặt và vì thế bạn đừng bị sốc trước điều này. Khác với người châu Á, người dân châu Phi thẳng thắn hơn trong giao tiếp và sẵn sàng thể hiện trực tiếp những gì họ nghĩ. Họ cũng có xu hướng sử dụng ngôn ngữ cơ thể một cách thường xuyên khi nói chuyện. Thể thao và văn hóa bản địa là hai chủ đề bạn có thể nói trong lần đầu giao tiếp với người châu Phi.

Châu Âu

Người châu Âu ưa thích làm việc độc lập và không bị ảnh hưởng bởi tư duy nhóm. Họ sống trong một xã hội mà sự thành công của một người được đánh giá bằng năng lực và thành tích trong công việc, thay vì địa vị xã hội hay tuổi tác. Họ đúng giờ, coi trọng giao tiếp bằng mắt và thường xuyên sử dụng ngôn ngữ cơ thể trong giao tiếp. Giống như người châu Phi, người châu Âu có xu hướng nói trực tiếp những gì họ suy nghĩ. Người châu Âu, đặc biệt ở những quốc gia bắc Âu, sẽ giữ khoảng cách với bạn trong lần đầu gặp mặt. Tuy nhiên, qua thời gian khi mối quan hệ đã thân thiết hơn, họ sẽ sẵn sàng chia sẻ đời tư và những câu chuyện cá nhân với bạn.

Trung Đông

Sở dĩ tôi muốn dành riêng một đoạn văn để phân tích văn hóa khu vực Trung Đông là bởi vì nhiều quốc gia trong khu vực này rất coi trọng sự ảnh hưởng của tôn giáo lên đời sống hàng ngày. Đối với những người dân ở khu vực Trung Đông, gia đình và những mối quan hệ xã hội là một phần không thể thiếu trong cuộc sống. Những quốc gia Trung Đông có cấp bậc xã hội rõ ràng và rất kính trọng những người thuộc tầng lớp thượng lưu hoặc cao tuổi. Nhiều người Trung Đông hạn chế giao tiếp bằng mắt và chỉ trích trực tiếp đối phương. Nếu bạn giao tiếp với một người phụ nữ đến từ Trung Đông, hãy đảm bảo rằng bạn giữ khoảng cách với họ.

Hồi giáo là tôn giáo phổ biến của khu vực Trung Đông và bạn cần có những hiểu biết cơ bản về tôn giáo này để tránh những sự hiểu nhầm về văn hóa khi giao tiếp với người Hồi giáo. Người Hồi giáo không ăn thịt lợn, không uống đồ uống có cồn, coi hôn nhân đồng

tính là một điều cấm kỵ và cầu nguyện đều đặn năm lần một ngày. Họ chỉ tiêu thụ những đồ ăn được chế biến theo phương pháp Halal. Vì vậy, nếu bạn muốn mời một người Hồi giáo đi ăn, bạn cần để tâm đến những quy tắc của họ.

Bắc Mỹ

Người dân Bắc Mỹ và châu Âu có khá nhiều điểm chung: Sử dụng ngôn ngữ cơ thể, thẳng thắn, cởi mở và giao tiếp bằng mắt khi nói chuyện, coi trọng sự đúng giờ và hoạt động độc lập. Người dân Bắc Mỹ đôi khi sẽ quá cởi mở và nhiệt tình ngay trong lần đầu gặp mặt, điều mà những người đến từ Trung Đông hay châu Á cảm thấy khá phiền phức. Trong văn hóa, người dân Bắc Mỹ coi trọng sự thành công, tiền bạc, danh vọng và coi đây là những mục tiêu phấn đấu của cuộc đời. Trong giao tiếp, người Bắc Mỹ muốn tạo dựng mối quan hệ lâu dài và cùng có lợi cho cả hai, chính vì thế việc hỏi danh thiếp hay thông tin liên hệ cá nhân là điều bình thường.

Nam Mỹ

Văn hóa Nam Mỹ coi trọng làm việc nhóm và lấy ý kiến của mọi người trước khi đưa ra quyết định. Người dân Nam Mỹ coi trọng cấp bậc, nhất là trong gia đình. Mô hình gia đình truyền thống với người chồng đi làm kiếm tiền và người phụ nữ ở nhà chăm lo gia đình vẫn còn rất phổ biến. Trong khi người dân Bắc Mỹ coi thời gian là một thứ tài sản và cần sử dụng một cách hiệu quả, người dân Nam Mỹ có cái nhìn linh hoạt hơn về thời gian. Người dân Nam Mỹ rất tự hào về văn hóa của họ và vì thế khen ngợi chúng là một cách tốt để lấy được thiện cảm.

Tổng kết Hành trang 19

Mỗi một tôn giáo, nền văn hóa và quốc gia sẽ có những phong cách sống, quy tắc đạo đức và phong tục, tập quán của riêng họ.

Không có nền văn hóa nào là số một trên thế giới này, cũng không có nền văn hóa nào là tốt đẹp hay xấu xa hơn nền văn khóa khác.

Bạn không nên "vơ đũa cả nắm" người dân của một tôn giáo, quốc gia hay nền văn hóa. Chỉ bởi vì một người trông có vẻ đến từ châu Á, không có nghĩa họ là người Trung Quốc.

Hãy tiếp cận một người lạ một cách trang trọng và lịch sự trước, rồi sau đó bạn có thể cân nhắc tiếp cận họ một cách thân mật hơn.

Hành trang 20
Sống trong một thế giới toàn cầu hóa

Quá trình toàn cầu hóa bắt đầu có tác động mạnh mẽ từ nửa cuối thế kỷ 20 và được hỗ trợ bởi sự phát triển của Internet, thương mại xuyên biên giới và ngành giao thông vận tải. Giờ đây, bạn có thể ngồi ở nhà mà vẫn nắm bắt được tin tức trên toàn thế giới nhờ vào kết nối Internet. Bạn có thể ở Việt Nam nhưng vẫn mua sắm được hàng hóa sản xuất tại Mỹ nhờ vào quá trình thương mại toàn cầu. Bạn cũng có thể đi du lịch đến mọi nơi trên thế giới nhờ vào sự tiến bộ của ngành hàng không. Một thế giới toàn cầu hóa tạo ra rất nhiều cơ hội cho người trẻ, nhưng cũng đòi hỏi họ phải liên tục học hỏi để thích nghi với những sự thay đổi chóng mặt của nó.

Thế giới toàn cầu hóa thay đổi liên tục

Thế giới toàn cầu hóa luôn ghi nhận những sự thay đổi liên tục về công nghệ và nhận thức. Một công nghệ được coi là hiện đại trong năm nay có thể bị một phát minh mới thay thế một cách nhanh chóng vào năm sau, và từ đó nó trở thành lỗi thời. Một công việc được coi là thịnh hành trong năm nay có thể bị công nghệ thay thế hoàn toàn trong vài năm và đẩy lao động của nó vào cảnh thất nghiệp. Sự thay đổi và phát triển của thế giới toàn cầu hóa không chỉ còn mang tính đường thẳng (linear) mà mang tính lũy thừa (exponential). Trong vòng 60 năm, nhân loại đã đi từ chỗ không có máy bay đến chỗ phóng phi thuyền đầu tiên lên mặt trăng. Trong vòng 20 năm, nhân loại cũng đã đi từ chỗ phát minh ra những website thô sơ đến chỗ sáng tạo ra những cỗ máy vận hành bằng trí tuệ nhân tạo, có thể đánh bại cao thủ cờ vây thế giới với cơ hội thắng của con người là 0%.

Chính vì những sự thay đổi liên tục này, chưa bao giờ việc học hỏi và trau dồi kiến thức lại quan trọng như hiện nay. Những bạn trẻ biết vận dụng Internet, smartphone và công nghệ để phát triển bản thân và tìm kiếm cơ hội trong thế giới toàn cầu hóa sẽ tiến rất xa và rất nhanh. Ngược lại, những bạn trẻ dành 24/24h ở quán trà sữa hay dùng smartphone chỉ để lướt Facebook, Instagram và đọc những tờ báo lá cải sẽ bị bỏ lại phía sau. Khi thị trường lao động ngày càng trở nên cạnh tranh và đòi hỏi khắt khe hơn về kiến thức và kỹ năng từ ứng viên, họ sẽ còn chịu thiệt thòi nhiều hơn nữa.

Thế giới toàn cầu hóa tràn đầy những cơ hội

Một đặc điểm nữa của thế giới toàn cầu hóa đó là nó tràn đầy những cơ hội để người trẻ nắm bắt và chinh phục. Như tôi đã chỉ ra ở xuyên suốt cuốn sách này, những cơ hội học ngoại ngữ, phát triển kỹ năng mềm, làm việc, du học và du lịch luôn ở quanh bạn. Những cơ hội đó có tính xuyên biên giới: Bạn có thể sinh ra, lớn lên, học đại học, làm việc và kết hôn ở những quốc gia khác nhau. Chỉ vì bạn là người Việt Nam, không có nghĩa những cơ hội cho bạn chỉ nằm trên mảnh đất hình chữ S.

Cơ hội tràn đầy là vậy, nhưng bạn phải biết cách phát hiện và sử dụng nó hiệu quả. Một điều quan trọng khác đó là hãy dám đối mặt với thất bại. Thất bại sẽ là một sự thành công nếu bạn học được điều gì đó hữu ích từ nó. Mark Zuckerberg, CEO của Facebook, đã từng nói rằng một trong những yếu tố giúp anh phát triển thành công mạng xã hội lớn nhất thế giới đó là "đặc quyền" được thất bại và thử những điều mới mẻ.

Thực tế, trong thế giới toàn cầu hóa, cái giá của thất bại đang "rẻ" hơn bao giờ hết nhờ vào sự có mặt khắp mọi nơi của công nghệ. Trong cuốn sách mang tên "Google hoạt động thế nào" (How Google Works), hai tác giả Eric Schmidt và Jonathan Rosenberg đã chỉ ra rằng ở xã hội hiện đại ngày nay, các nhà kinh doanh có thể tiếp cận với công nghệ và "chơi đùa" với chúng. Các dịch vụ điện toán đám mây, lưu trữ dữ liệu trực tuyến, thư điện tử, trò chuyện xuyên biên giới và dữ liệu về tri thức của nhân loại đều có giá rất rẻ hoặc thậm chí miễn phí, ai cũng có thể truy cập được.

Các nhà khởi nghiệp vì thế có thể sáng tạo ra một sản phẩm với chi phí đầu tư thấp và thử nghiệm nó trên quy mô lớn. Nếu sản phẩm thất bại và không nhận được sự đón nhận của khách hàng, họ có thể làm lại từ đầu hoặc nhanh chóng nghĩ ra một ý tưởng mới. Công cụ đã có sẵn, điều quan trọng là bạn có dám sử dụng chúng để biến ý tưởng thành sự thật hay không.

Tổng kết Hành trang 20

Một thế giới toàn cầu hóa tạo ra rất nhiều cơ hội cho người trẻ, nhưng cũng đòi hỏi họ phải liên tục học hỏi để thích nghi với những sự thay đổi chóng mặt của nó.

Chính vì những sự thay đổi liên tục của thế giới toàn cầu hóa, chưa bao giờ việc học hỏi và trau dồi kiến thức lại quan trọng như hiện nay.

Thất bại sẽ là một sự thành công nếu bạn học được điều gì đó hữu ích từ nó.

Công cụ đã có sẵn, điều quan trọng là bạn có dám sử dụng chúng để biến ý tưởng thành sự thật hay không.

Lời bạt

Vậy là bạn đã cùng tôi đi qua 20 hành trang dành cho chuyến xe tuổi 20. Tôi hy vọng rằng những bí kíp và kiến thức mà tôi đã chia sẻ sẽ không chỉ hữu ích cho những người ở độ tuổi 20, mà còn cho những bạn trẻ nói chung đang trên con đường chinh phục những hoài bão của mình.

Tuổi trẻ, quãng thời gian mà bạn có thể tung hoành ngang dọc thiên hạ, trôi qua rất nhanh. Một khi bạn đã tiến cao hơn lên nấc thang của sự nghiệp, hoặc trở thành ông bố/bà mẹ của gia đình, bạn sẽ có những sợi dây trách nhiệm ràng buộc thời gian cá nhân của bạn. Tất nhiên, đó không hẳn là những trải nghiệm tiêu cực, nhưng chắc chắn chúng sẽ ít nhiều hạn chế cơ hội khám phá những điều mới mẻ của bạn. Vì vậy, khi bạn còn trẻ như tôi, hãy thoát ra khỏi vùng an toàn của bản thân. Hãy sống một cuộc đời tuổi trẻ trọn vẹn để mai sau bạn không phải hối hận, bằng cách: Học để phát triển bản thân, làm việc hết mình, sống như một công dân thời hiện đại và đi thật nhiều để trải nghiệm.

Tôi rất mong sẽ nhận được ý kiến đóng góp của bạn về cuốn sách này. Hãy liên hệ với tôi qua địa chỉ email: nguyenmaiduc123@gmail.com và chia sẻ những cảm nhận của bạn về **"20 hành trang cho chuyến xe tuổi 20s"**. Tôi hy vọng sớm nhận được những lời nhận xét của bạn.

Cuốn sách này sẽ không thể đến tay độc giả nếu thiếu đi sự trợ giúp của đội ngũ xuất bản tại Công ty Cổ phần Sách Alpha – Alpha Books. Xin gửi lời cảm ơn chân thành đến các anh/chị!